

kochen & genießen

S. 38

**Gemütliches  
Martinsfest**

mit Gans,  
Rothkohl &  
Bratäpfeln



**Lasagne  
mit Pulled  
Chicken  
und Kraut**  
S.7

# Wärmt von innen: Winter-Pasta

Ein Hochgenuss – herzhaft überbacken,  
als Eintopf oder mit pikanten Soßen



Alle  
Rezepte  
von der Redaktion  
**3x**  
getestet!

**GRATIS-EXTRA**

Jetzt beginnt  
die Weihnachts-  
Bäckerei!

Einfach himmlisch!  
**Schokokuchen**



Tartufo-  
Tarte S.59

Liebt  
die auf  
Tisch kon



**24**  
traumhafte  
Plätzchen

Großer Keks-Adventskalender  
Hinter jedem Türchen ein  
himmlisches Rezept

**JETZT NEU**

# Nur Nur NATUR

**BIO, DAS WEITER GEHT**

Nur erlesene  
Zutaten  
Schonende  
Herstellungsverfahren  
Fördert die  
Artenvielfalt

**BIO-  
STEINOFEN-  
BAGUETTE**

**1.79**

Versch. Sorten,  
270-g-Packung,  
kg-Preis = 6.63

**BIO-  
WIENER-  
WÜSTCHEN<sup>1</sup>**

**3.29**

200-g-Packung,  
kg-Preis = 16.45

**BIO-  
LYONER<sup>1</sup>**

**1.59**

Versch. Sorten,  
100-g-Packung,  
kg-Preis = 15.90

**BIO-VOLL-  
KORNBROT**

**2.19**

Versch. Sorten,  
500-g-Packung,  
kg-Preis = 4.38

**BIO-BERGBAUERN-  
WEICKÄSE<sup>1</sup>**

**3.49**

Cremlig-mild oder cremig-  
würzig, versch. Gewichte,  
z.B. 194 g, kg-Preis = 17.99

Natürlich Lecker,  
mit erlesenen Zutaten  
von Mutter Natur.



**NATURLAND  
ZERTIFIZIERT**

ENTDECKE WEITERE  
NUR NUR NATUR PRODUKTE  
IN DEINER ALDI SÜD FILIALE.  
[ALDI-SUED.DE/NUR-NUR-NATUR](https://www.aldi-sued.de/nur-nur-natur)



<sup>1</sup>Aus der Kühlung.  
ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG,  
Burgstraße 37, 45476 Mülheim an der Ruhr.



Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen  
findest du auf [aldi-sued.de/filialen](https://www.aldi-sued.de/filialen) oder mittels unserer  
kostenlosen automatisierten Service-Nummer 0800 8002534.

# Inhalt

## Genießen

### Saisonküche

Winterliche Pasta-Träume 6

Kasseler - Inbegriff des Deftigen 14

Einfach schnell genießen 18

### Wohlfühlküche

Die wohltuende Suppen-Apotheke 24

### 4-mal lecker

Ofenkartoffel 28

### Liebling des Monats

Genuss-Zutat Kaffee - ein köstlicher Kick 30

## Verwöhnen

### Für Gäste

Gans was Feines zum Martinsfest 38

### Küchen-Manufaktur

Zart gegartes Schweinefilet 50

### Das süße Leben

Feine Winterdesserts 54

## Entdecken

### Frisch auf dem Markt

kochen & genießen Leserclub 22

### Grüner leben

Küchennotizen 34

### Kulinarisch unterwegs

Zu Gast im Hochschwarzwald - das magische Leuchten 46

## Backen

### Leserrezept

Karamellwürfel 56

### Backen

Im siebten Schokoladenhimmel 58

### Süßer Gruß zum Schluss

Knusprig goldene Apfel-Beignets 66

## Service

### Speise-Karte

Impressum 37

### Preisrätsel

Vorschau 67

## Zeit für Licht und ein Lächeln



Wie wäre es, wenn wir einen November-Fanclub gründen, liebe Leserinnen und Leser? Echt jetzt, höre ich viele sagen, wer soll denn nasskalte Morgen an der Bushaltestelle und dunkle Abende vor dem Fenster lieben? Aber nun, möchte ich entgegenen, schmeckt der heiße Tee im Büro noch mal so gut. Und daheim verteilen wir endlich wieder Kuschelkissen, Kerzen und glitzernde Lichterketten. Na, wird Ihnen auch schon ein bisschen warm ums Herz? Wenn das noch nicht hilft, möchte ich Ihnen unsere winterlichen Pasta-Hits ab Seite 6 sowie die herzhaft-gesunden Suppen ab Seite 24 empfehlen. Nicht zuletzt bietet dieser Monat gleich zwei Highlights: Laternelaufen mit anschließendem Martinsgans-Essen und – tadaaa! – den Beginn der Plätzchenbäckerei. Sehen Sie, schon hat uns der November ein kleines Lächeln ins Gesicht gezaubert. Ich wünsche Ihnen eine heimelige Zeit voller Genuss!

Herzlichst Ihre

*Stefanie Reifennath*  
Redaktionsleiterin



Mit tollen  
Ideen aus unserem  
**LeserCLUB**  
auf den Seiten  
10, 22, 31,  
56 & 61

Pumpkin Spice  
Latte oder Schwarzwälder Kirsch?  
Wofür die Herzen  
unserer Leserclub-  
Mitglieder höher-  
schlagen, verraten  
sie auf Seite 22



8

Festtagsnudeln mit  
Entenbrust



24

Steckrüben-Rote-Bete-  
Suppe mit Pastinake



60

Toblerone-Kirsch-  
Schnitten

## KÖSTLICHE KLEINIGKEITEN



Pumpkin Spice Latte  
**S. 23**



Süßer Kaffeesirup  
**S. 32**



Zart gegartes  
Schweinefilet **S. 50**



Versunkener Santa  
**S. 65**



Rentier-Toffee  
**S. 65**



Pinguin auf Eis  
**S. 65**



O Schokobaum  
**S. 65**

## LECKERE HAUPTGERICHTE



Festtags-Nudeln mit  
Entenbrust **S. 8**



Lasagne mit Pulled  
Chicken und Kraut **S. 8**



„Gebrannte“ Pasta  
mit Knusper **S. 9**



Birnen-Pasta  
mit Radicchio **S. 10**



Maronen-Tomaten-Pasta  
**S. 11**



Pasta e fagioli – Nudel-  
Bohnen-Eintopf **S. 12**



Kasseler nach  
Landfrauen-Art **S. 14**



Kartoffel-Fleisch-Topf  
„Warm ums Herz“ **S. 15**



Schmor-Koteletts in  
Cidre-Soße **S. 16**



Speck-Kröstchen mit  
Kartoffel-Stampf **S. 17**



French-Toast-Gröstl  
**S. 18**



Schmetterlingssteak  
mit Gemüse **S. 19**



Käse-Zwiebel-Sandwich  
„Abendbrot“ **S. 19**



Wirsing-Schinken-  
Nudeln für Eilige **S. 19**



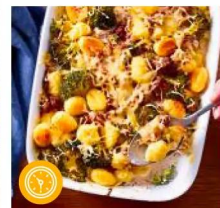
Pesto-Lachs auf  
Orangenfenchel **S. 20**



Hähnchen in Paprika-  
Schmandsoße **S. 20**



Roter Bulgur-Feta-Salat  
„Glückseligkeit“ **S. 20**



Fixer Gnocchi-Hack-  
Auflauf **S. 21**



Steckrüben-Rote-Bete-  
Suppe **S. 24**



Wirsingtopf mit  
Hackbällchen **S. 25**



Thailändische Kokos-  
Hähnchen-Bowl **S. 26**



Fruchtige Linsensuppe  
**S. 27**



Ofenkartoffel indisch  
**S. 28**



Ofenkartoffel mit Pesto  
und Parmesan **S. 28**



Ofenkartoffel gefüllt als  
Panino **S. 28**



Ofenkartoffel gefächert  
mit Kräutern **S. 28**



Beef-Burger mit  
BBQ-Soße **S. 30**



Espresso-Gulasch mit  
Kürbisspalten **S. 31**



Krummes Ofenglück  
**S. 34**



Bratwurst im Brötchen  
mit Topping **S. 47**

## GASTLICHKEIT DES MONATS



Einladung zum geselligen Gansessen: Fetapralinen, cremiger Rosenkohl, Bratäpfel unter Mandelkruste, Martinsgans mit Rotweinsosse, Balsamico-Pflaumen-Rotkohl, Kirschbecher **S.38**

## GANS GROSS AUFGETISCHT

Zu St. Martin  
teilen wir unser  
bestes Geflügel  
und köstliche  
Beilagen mit  
allen Liebsten



# Speise-Karte

DER SCHNELLE  
WEG DURCHS  
HEFT



## DIE SÜSSEN SEITEN



Cremiger  
Kaffee-Auflauf **S.32**



Mokka-Käsetorte  
mit Keksbröseln **S.33**



Süße Schupfnudeln  
mit Kirschen **S.48**



Karamellpudding mit  
Topping **S.54**



Pochierte Honig-Birnen  
**S.54**



Beschwipste Pflaumen,  
Zimt-Pannacotta **S.55**



Winterliche Crème  
brûlée **S.55**



Karamellwürfel  
**S.57**



Pflaumen-  
Stracciatella-  
Torte **S.63**



Toblerone-Kirsch-  
Schnitten **S.60**



Cremige Tartufo-Tarte  
**S.60**



Biskuitrolle mit  
Baiser-Splintern **S.61**



Schokobecher mit  
Erdnussbutter **S.62**



Schoko-Trauben-  
Mandel-Kuchen **S.64**



Knusprig goldene  
Apfel-Beignets **S.66**

## Festtags-Nudeln mit Entenbrust

Rezept auf Seite 8

### Vorfrende

Ente und Cranberrys  
stimmen ein auf die  
Weihnachtszeit

# WUNDERBAR RAFFINIERT *Winterliche Pasta-Träume*

Werden die Tage kälter, erhöhen Penne, Spaghetti und Bandnudeln den Kuschelfaktor: mit Soßen zum Einheizen, überraschenden Aromen und den leckersten Zutaten der Saison

# Lasagne mit Pulled Chicken und Sauerkraut

Rezept auf Seite 8

**Titel-  
rezept**

*Fitmacher*

Stark im Geschmack und für die Abwehrkräfte, denn Sauerkraut spendet nicht nur milde Säure, sondern auch viel Vitamin C



## Festtags-Nudeln mit Entenbrust

An Feiertagen gehört guter Wein nicht nur ins Glas, sondern auch ins Essen. Pasta und edles Fleisch erleben so neue Höhen

### ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

- ♥ ½ Hokkaido-Kürbis (ca. 750 g) ♥ 50 g Haselnüsse ♥ 5 Stiele Thymian
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 1 TL brauner Zucker ♥ 4 EL Olivenöl
- ♥ 500 g Nudeln (z. B. Linguine) ♥ 4 Entenbrustfilets (à ca. 275 g)
- ♥ 100 ml trockener Rotwein ♥ 100 ml Gemüsebrühe
- ♥ 100 g Cranberrys (frisch oder TK) ♥ 1 EL Honig
- ♥ 1 TL Speisestärke ♥ Backpapier

1 Kürbis vierteln, entkernen, waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Nüsse grob hacken. Thymian waschen und zerzupfen. Vorbereitete Zutaten mit Salz, Pfeffer, Zucker und Öl mischen. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 30 Minuten backen.

2 Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Entenfilets trocken tupfen. Haut der Entenfilets mehrmals kreuzweise einschneiden. Filets mit der Hautseite nach unten in eine kalte Pfanne legen. Pfanne erhitzen und Filets ca. 8 Minuten leicht knusprig braten. Salzen, wenden und auf der Fleischseite 1–2 Minuten weiterbraten. Entenfilets in eine ofenfeste Form legen.

3 Entenfett, bis auf 1 EL, aus der Pfanne entfernen. Wein und Brühe in die Pfanne gießen. Cranberrys eventuell waschen und mit Honig in die Pfanne geben. Ca. 5 Minuten köcheln. Stärke und 1 EL Wasser glatt rühren. In die Soße rühren, kurz köcheln. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken, warm stellen.

4 Kürbis aus dem Ofen herausnehmen. Entenfilets im heißen Ofen bei gleicher Temperatur ca. 10 Minuten fertig garen.

5 Nudeln abgießen, dabei ca. 100 ml Kochwasser auffangen. Nudeln, Kürbis und etwas Nudelwasser mischen, mit Salz würzen. Entenfilets kurz ruhen lassen, in Scheiben schneiden und mit den Nudeln anrichten. Soße dazu reichen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std.

**PORTION** ca. 780 kcal · E 51 g · F 27 g · KH 78 g



## Lasagne mit Pulled Chicken

Schicht für Schicht verwandeln wir den italienischen Klassiker in unser neues liebstes Winter-Wohlfühlgericht

### ZUTATEN FÜR 4–6 PERSONEN

- ♥ 4 Hähnchenfilets (ca. 900 g)
- ♥ 2 EL BBQ-Rub (z. B. „Magic Dust Rub“ von Ankerkraut)
- ♥ 100 ml Orangensaft ♥ 1 EL Senf
- ♥ 250 ml Barbecuesoße ♥ 3–4 EL Öl ♥ 6–8 Stiele Petersilie
- ♥ 1 große Zwiebel ♥ 1 EL brauner Zucker
- ♥ 1 Dose (850 ml) Sauerkraut ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 400 g Schmand
- ♥ 200 g Schlagsahne ♥ 125 g Bergkäse
- ♥ 15 Lasagneplatten (ca. 270 g) ♥ Fett für die Form

1 Fleisch trocken tupfen und in eine Schüssel geben. Rub darüberstreuen und mit dem Fleisch gut vermengen. Fleisch ca. 2 Stunden ziehen lassen.

2 Orangensaft, Senf und Barbecuesoße verrühren. 2 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Fleisch darin pro Seite ca. 6 Minuten kräftig anbraten. Mit Soße ablöschen, aufkochen und zugedeckt im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 40 Minuten schmoren. Fleisch aus dem Ofen nehmen und im Schmorfond mit zwei Gabeln fein zerzupfen. Bei gleicher Temperatur ca. 10 Minuten weitergaren.

3 Petersilie waschen, fein hacken. Zwiebel schälen, fein würfeln. 1–2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten. Zucker darüberstreuen und hell karamellisieren. Sauerkraut zufügen, etwas zerzupfen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten schmoren. Sauerkraut mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie untermischen.

4 Schmand und Sahne glatt rühren. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Käse reiben. Eine Auflaufform (ca. 20x26 cm) fetten. Formboden dünn mit Schmand bestreichen. Lasagneplatten, Pulled Chicken und Sauerkraut im Wechsel in die Form schichten. Zwischendurch immer etwas Schmandsoße mit einschichten. Mit Lasagneplatten und Schmandsoße abschließen. Lasagne mit Käse bestreuen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 40 Minuten goldgelb backen. Dazu schmeckt ein grüner Salat.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 Std. + Wartezeit ca. 2 Std.

**PORTION** ca. 770 kcal · E 48 g · F 41 g · KH 46 g

### Geheimzutat

Nicht Sahne oder Butter verleihen der Soße ihre Cremigkeit, sondern das aufgefangene Nudelwasser. Die darin enthaltene Stärke bindet die Soße ab und macht sie unwiderstehlich sämig.

## PASTA WIE VOM PROFI

Nudeln kochen kann jeder. Wir verraten Ihnen, was Ihr Nudelwasser noch alles kann und warum Sie kein Öl hineingeben sollten

### Scharfer Tipp

Peppen Sie die Pasta bereits beim Kochen auf und geben Sie eine Chilischote mit ins Nudelwasser.



### Energiesparen

Hälfte Nudelwasser im Topf auf dem Herd zum Kochen bringen, den Rest im Wasserkocher.

### Ohne Öl

Öl im Wasser verhindert, dass Soße an den Nudeln haftet. Gleiches bewirkt Abschrecken.

### Kernig

Lust auf ein neues Geschmackserlebnis? Diese Nudeln überraschen mit nussigem Kürbiskern-Aroma.

Von Birkel; 350 g  
ca. 2,20 €;  
Supermarkt



# „Gebrannte“ Pasta mit Mandelknusper

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 100 g Bacon ♥ 1 kleine Stange Porree
- ♥ 5 Stiele Salbei ♥ 2 EL Olivenöl
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 400 g Nudeln (z. B. kurze Bandnudeln) ♥ 50 g gebrannte Mandeln (z. B. von Seeberger)
- ♥ 1 Knoblauchzehe ♥ 1 EL Butter
- ♥ 2 EL Semmelbrösel

1 Bacon in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Porree längs halbieren, waschen und klein würfeln. Salbei waschen und gut trocken tupfen.

2 Bacon aus der Pfanne herausnehmen. Öl zum Speckfett geben und erhitzen. Salbei darin knusprig braten und auf

Ein bisschen deftig, ein wenig crunchy, ein Hauch von Süßem – die außergewöhnliche Geschmackskombination bringt bei jedem Bissen genauso viel Spaß wie der erste Weihnachtsmarkt-Bummel

Küchenpapier abtropfen lassen. Porree im heißen Bratfett ca. 4 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. Gebrannte Mandeln grob hacken. Knoblauch schälen und fein hacken.

4 Nudeln abgießen, dabei ca. 100 ml Kochwasser auffangen. Nudeln wieder in den Topf geben. Das aufgefangene Nudelwasser zum Porree geben. Kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Porree, Bacon, je Hälfte Mandeln und Salbei unter die Nudeln heben. Warm stellen.

5 Pfanne auswischen, Butter darin erhitzen. Knoblauch und Semmelbrösel darin

leicht anrösten. Rest Mandeln und Salbei untermischen. Mit Salz würzen. Nudeln mit Mandelknusper anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min.

PORTION ca. 670 kcal · E 19 g · F 31 g · KH 77 g



### Knusperkraut

Salbeiblätter nur ca. 30 Sekunden anbraten, da sie sonst bitter werden



### Frisch von der Bude

Statt Mandeln eignen sich auch gebrannte Haselnüsse, Cashewkerne oder Walnüsse als süße Knuspereinlage

Vorab  
probiert vom



## LeserCLUB

„Ich nahm Balsamessig mit Apfel- und Birnennoten, der harmonierte toll. Da mir Nüsse schnell anbrennen, verwende ich gern bereits geröstete und gesalzene.“

Birgit Hahn

Veggie

## Birnen-Pasta mit Radicchio

Mehr als nur ein hübscher Farbkleck: Radicchio verleiht der fruchtigen Birne herzhaft Tiefe

## Bitterliebe

Wem Radicchio zu herb ist, der kann den Strunk entfernen. Hier sitzen die meisten Bitterstoffe. Auch ein Bad in lauwarmem Wasser hilft

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 kleiner Radicchio (ca. 100 g)
- ♥ 3 feste Birnen (z. B. Williams Christ) ♥ 2 EL Öl
- ♥ 400 g Nudeln (z. B. Makkaroni) ♥ Salz
- ♥ 2 Zwiebeln ♥ 1 EL Butter
- ♥ 1-2 EL heller Balsamico-Essig
- ♥ 200 g Crème fraîche ♥ 200 ml Gemüsebrühe
- ♥ 1 TL Senf ♥ Pfeffer ♥ 50 g Walnüsse

1 Radicchio waschen, vierteln und in feinen Streifen vom Strunk schneiden. Birnen waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden.

2 Öl in einer Pfanne erhitzen. Birnen darin unter Wenden anbraten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen.

3 Zwiebeln schälen und würfeln. Butter erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Mit Essig ablöschen. Crème fraîche, Gemüsebrühe und Senf unterrühren. Aufkochen und ca. 3 Minuten köcheln. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Auskühlen lassen. Radicchio, Birnen und Walnüsse in die Soße geben. Makkaroni abgießen und wieder in den Topf geben. Soße zufügen, alles mischen und in tiefen Tellern anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 25 Min.

PORTION ca. 770 kcal

E 18 g · F 33 g · KH 102 g

## Ganz individuell

Kein Harissa zu Hause?  
Rühren Sie Öl, Chili,  
Knoblauch, Kreuzkümmel  
und Koriander nach  
Belieben zusammen



## Maronen-Tomaten-Pasta

Harissa-Paste wärmt wohlig von innen, während die Maronen im Knobi-Karamell für ein Geschmacksfeuerwerk sorgen

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 Dose (425 ml) Kichererbsen
- ♥ 2 Zwiebeln
- ♥ 100 g geräucherter durchwachsener Speck
- ♥ 2 EL Butter
- ♥ 1 EL Harissa (arabische Würzpaste; Tube)
- ♥ 2 Dosen (à 425 ml) stückige Tomaten
- ♥ 3 Knoblauchzehen
- ♥ 250 g gegarte Maronen (vakuumverpackt)
- ♥ 3 EL Zucker
- ♥ 350 g kurze Nudeln (z. B. Penne)
- ♥ Salz ♥ 250 g Kirschtomaten ♥ Pfeffer
- ♥ Backpapier

1 Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Speck fein würfeln. Speck

in einem weiten Topf ohne Fett knusprig braten. 1 EL Butter und Zwiebeln zugeben, kurz andünsten. Harissa einrühren, kurz anschwitzen. Mit stückigen Tomaten ablöschen. Kichererbsen einrühren. Alles aufkochen und bei schwacher Hitze 20–25 Minuten köcheln.

2 Knoblauch schälen, hacken. Maronen grob würfeln. Zucker in einer Pfanne hellgolden karamellisieren. 1 EL Butter zugeben und zerlassen. Maronen und Knoblauch zufügen, im Karamell schwenken und bei schwacher Hitze 1–2 Minuten ziehen lassen. Maronen auf etwas Backpapier auskühlen lassen.

3 Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Tomaten waschen, halbieren und ca.

3 Minuten vor Ende der Garzeit in die Soße rühren. Nudeln abgießen, wieder in den Topf geben, mit Soße mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit karamellisierten Maronen anrichten.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 35 Min.

**PORTION** ca. 670 kcal

**E** 31 g · **F** 6 g · **KH** 112 g



### Maronen zu Hause selbst rösten

Die Schale kreuzweise einritzen und im heißen Ofen bei 200 °C 25–30 Minuten rösten, bis die Schale aufplatzt – dann schälen



Veggie

## Pasta e fagioli – Nudel-Bohnen-Eintopf

Der Winter ist voll von Tagen, die grau und ungemütlich sind – dagegen hilft nur eins: Komfortessen wie dieser satt und glücklich machende Nudeltopf

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 3 Knoblauchzehen ♥ 3 Zwiebeln
- ♥ 4 Möhren ♥ 4 Stangen Staudensellerie
- ♥ 2 EL Olivenöl
- ♥ 1 EL Tomatenmark
- ♥ 1 Dose (425 ml) geschälte Tomaten
- ♥ 1 l Gemüsebrühe
- ♥ 200 g Nudeln (z. B. kurze Makkaroni)
- ♥ Salz ♥ 1 Dose Tigerbohnen (425 ml; z. B. von Bonduelle) ♥ Pfeffer ♥ Zucker
- ♥ 6 Stiele Oregano

**1** Knoblauch und Zwiebeln schälen. Zwiebeln in Streifen schneiden, Knoblauch fein hacken. Möhren schälen und in Stücke schneiden. Sellerie waschen, zartes Selleriegrün beiseitestellen. Sellerie in Stücke schneiden. Öl in einem großen Topf erhitzen. Knoblauch und Zwiebeln darin glasig dünsten. Möhren und Sellerie zugeben und ca. 5 Minuten mitdünsten. Tomatenmark einrühren und anschwitzen. Mit Tomaten und Brühe ablöschen, aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln.

**2** Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Nudeln und Bohnen abgießen, zum Eintopf geben und erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Oregano waschen, zerzupfen und mit Selleriegrün über den Nudel-Bohnen-Eintopf streuen. Dazu schmeckt Bauernbrot.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 50 Min.  
**PORTION** ca. 340 kcal  
**E** 13 g · **F** 8 g · **KH** 48 g

### Gut vorzubereiten

Sie essen das Gericht erst später? Kochen Sie die Nudeln separat und erwärmen Sie diese direkt im Eintopf mit

# Frisch auf dem Markt

## Die feinen Unterschiede

Von Mandarinen und Clementinen wird häufig als gleichbedeutend gesprochen. Doch handelt es sich bei den Früchten um verschiedene Pflanzenarten mit charakteristischen Unterschieden: Während in Mandarinen meist viele Kerne stecken, sind Clementinen kernlos. Auch aromatisch hat die Mandarine mehr zu bieten. Dafür geht die Clementine mit ihren bis zu zwölf Stücken, sogenannten Segmenten, statt der neun der Mandarine klar in Führung.



*Schnell vernaschen*

Mandarinen haben eine dünnere Schale und lassen sich dadurch nicht so lange lagern wie Clementinen

IM  
NOVEMBER



### Augenschmaus

VARIEGATA DI CASTELFRANCO ist eine mildere Salat-Alternative zum traditionellen Radicchio und dank seiner roten Flecken ein echter Hingucker.



### Neu verliebt

PETERSILIENWURZEL schmeckt als „Schnitzel“, also in schräge Scheiben geschnitten und paniert, sehr lecker.

### Weihnachtsklassiker

KLETZEN oder auch Hutzeln sind kleine Dörrbirnen. Gerade zur Adventszeit werden sie gern in Fruchtbrot verarbeitet.



### Frisch vom Strauch

HAGEBUTTEN kochen wir zu Mark ein, und das verwenden wir dann als fruchtigen Ersatz für Tomatenmark.

## Schöne Alternative

### Knackiger Rubin

ROTE WALNÜSSE sind milder im Aroma und ausgesprochen bekömmlich. Erhältlich im Feinkostmarkt.



**Geht auch anders**  
Der „Urdorn Couscous“ aus Emmer ist nicht nur lecker, sondern auch eine prima Eiweißquelle.  
Von Davert; 500 g ca. 3,80 €; im Bio-Fachhandel

### Immunbooster

In diesem „Vitamin Shot“ treffen gleich zwei Superfoods aufeinander: Ingwer und Açaí.  
Von Kloster Kitchen; in 5 Sorten; 30 ml ca. 2 €; über amazon.de



### Absoluter Kult

Zum 50. Geburtstag von Lidl schlüpft „Twix“ kurz zurück in seine coole Verpackung aus den Siebzigern.  
„Retro Edition“; 250-g-Packung ca. 2 €; bei Lidl

### *Für später*

Zu viel gekocht?  
Gegartes Kasseler  
kann ohne Probleme  
bis zu drei Monate  
eingefroren werden

# *Kasseler* INBEGRIFF DES DEFTIGEN

Wenn uns die Fleischeslust packt, kommen diese vier handfesten Rezepte gerade recht. Von Eintopf bis Sonntagsbraten: Hier ist für jeden Anlass etwas dabei

# KASSELER nach Landfrauen-Art

Genau so, wie es sein soll! Zum saftig geschmorten Schweinefleisch gesellen sich winterliche Beilagen

## ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

- ♥ 1 kg Rosenkohl ♥ 3 Zwiebeln ♥ 4 EL Butter
- ♥ 5 EL Mehl ♥ 750 ml Gemüsebrühe
- ♥ 250 ml Milch ♥ 2 EL Senf
- ♥ 2 EL flüssiger Honig
- ♥ 150 g Kräuterfrischkäsezubereitung
- ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 1 kg ausgelöstes Kasselerkotelett
- ♥ ½ TL Edelsüßpaprika
- ♥ 1 EL Butterschmalz ♥ 75 g Speckwürfel
- ♥ 600 g frische Spätzle (Kühlregal)
- ♥ 6-8 Stiele Petersilie

**1** Rosenkohl waschen, eventuell halbieren. Zwiebeln schälen, 1 Zwiebel fein würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten. Mit 4 EL Mehl bestäuben, hell anschwitzen. Brühe und Milch einrühren, aufkochen und ca. 3 Minuten köcheln. Senf, Honig und Frischkäse in die Soße rühren, kurz aufkochen. Soße mit Salz und Pfeffer würzen. Rosenkohl zufügen. Kasseler trocken tupfen und auf ein Backblech setzen. Rosenkohl samt Soße darum verteilen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 50 Minuten schmoren.

**2** Die 2 übrigen Zwiebeln in feine Ringe schneiden. Zwiebelringe, 1 EL Mehl und Edelsüßpaprika mischen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelringe darin bei mittlerer Hitze goldgelb rösten, herausnehmen.

**3** Speck in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Spätzle in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten. Petersilie waschen, fein hacken. Spätzle abgießen, in die Pfanne zum Speck geben und darin schwenken.

**4** Kasseler samt Rosenkohl aus dem Ofen nehmen. Mit Röstzwiebeln und etwas Petersilie auf einer Platte anrichten. Spätzle mit restlicher Petersilie bestreuen und dazu servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std.

**PORTION** ca. 660 kcal

**E** 44 g · **F** 37 g · **KH** 34 g

# KARTOFFEL-FLEISCH-TOPF „Warm ums Herz“

Das beste Rezept gegen trübe Tage? Man nehme pikantes Fleisch und frische Kräuter und koche daraus eine Suppe, die uns ein Lächeln ins Gesicht zaubert

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 600 g ausgelöstes Kasselerkotelett
- ♥ 600 g Kartoffeln ♥ 3 Zwiebeln
- ♥ 4-5 Stiele Thymian
- ♥ 3 EL Öl ♥ 800 ml Gemüsebrühe
- ♥ 3 Lorbeerblätter ♥ 2 TL Senf
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ Zucker

**1** Kasselerkotelett trocken tupfen und in kleine Würfel (ca. 1,5 cm) schneiden. Kartoffeln schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Thymian waschen und fein hacken.

**2** Öl in einem Topf erhitzen. Kasseler darin unter Wenden kräftig anbraten. Kartoffeln zufügen und kurz mitbraten. Zwiebeln zufügen und andünsten. Brühe angießen. Thymian und Lorbeer zufügen. Alles aufkochen und zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln.

**3** Senf in den Eintopf rühren, nicht mehr kochen. Eintopf mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min.

**PORTION** ca. 460 kcal

**E** 29 g · **F** 21 g · **KH** 35 g





## SCHMOR-KOTELETTS in Cidre-Soße

Perlender Apfelwein, ein Hauch Thymian und Lavendel – das finden wir très chic!

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 3 Zwiebeln ♥ 3 Äpfel
- ♥ 4 Kasselerkoteletts (à ca. 225 g)
- ♥ 2 EL Butterschmalz
- ♥ 500 ml Cidre (moussierender Apfelwein)
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 3-4 Stiele Thymian
- ♥ 2 Scheiben Weißbrot (vom Vortag)
- ♥ evtl. 1-2 TL getrocknete Lavendelblüten (Apotheke)
- ♥ 5 EL weiche Butter
- ♥ evtl. Lavendel zum Garnieren

**1** Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Koteletts trocken tupfen.

**2** Butterschmalz in einem Bräter oder Schmortopf auf dem Herd erhitzen. Koteletts darin pro Seite ca. 2 Minuten anbraten. Zwiebeln und Äpfel zufügen und kurz mitbraten. Mit Cidre ablöschen und aufkochen. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 30 Minuten schmoren.

**3** Für die Brösel Thymian waschen und hacken. Brot fein zerbröseln, Thymian, Brot, evtl. Lavendelblüten und Butter verkneten. Deckel vom Bräter nehmen und die Brösel darüberstreuen. Offen ca. 15 Minuten weiterbacken. Evtl. mit Lavendel garnieren. Dazu schmecken Röstkartoffeln.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std.

**PORTION** ca. 520 kcal

**E** 31 g · **F** 34 g · **KH** 19 g

Foto: House of Food

## Eine Prise Wissen

### FAKTEN ZUM KLASSIKER

Wie wird es denn nun eigentlich richtig geschrieben, welches Stück schmeckt am besten und kann man es auch kalt essen? Wir verraten Ihnen die Antworten

#### Ein Fleisch mit vielen Namen

Kassler oder doch eher Kasseler? Diese Frage überlässt der Duden den Fleischern. In Österreich heißt's „Geselchtes“, in der Schweiz nennt sich ein Kasselerkotelett „Rippli“.

#### Wie schmeckt es in „Bio“?

Geschmacklich gibt's zwischen konventionell und bio kaum Unterschiede. In Letzterem wird jedoch das Nitritpökelsalz reduziert – daher wirkt es farblich etwas blasser.

#### Auch kalt ein Genuss

Darf es roh genossen werden? Ja, genau wie roher Schinken! Durch das heiße Räuchern und Pökeln wird das Fleisch nicht nur lecker, sondern auch konserviert.

#### Von mager bis durchwachsen

Kasselerbauch oder -nacken ist etwas marmorierter, auch Koteletts können einen Fettrand haben. Besonders magere Stücke kommen aus der Schulter oder dem Rücken.

## Auf Vorrat

Kasseler braucht nicht sofort verarbeitet zu werden. Aufgrund seiner Herstellung hält es sich ca. sieben Tage im Kühlschrank



## KASSELER-SPECK-KRÜSTCHEN mit Erbsen-Kartoffel-Stampf

Die Käsesoße verleiht dem Gericht absolutes Suchtpotenzial. Da nehmen Ihre Lieben gern einen Nachschlag

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 800 kg Kartoffeln ♥ Salz
- ♥ 4 ausgelöste Kasselerkoteletts (à ca. 150 g)
- ♥ 6 Scheiben Bacon ♥ 4 EL Öl
- ♥ 1 Zwiebel ♥ 6 EL Butter
- ♥ 300 g TK-Erbse ♥ Zucker
- ♥ 2 EL Mehl ♥ 200 ml Gemüsebrühe
- ♥ 400 ml Milch ♥ 150 g Sahne-Schmelzkäse
- ♥ Pfeffer ♥ Muskat

**1** Kartoffeln schälen, waschen und grob in Stücke schneiden. Kartoffeln in Salzwasser ca. 20 Minuten kochen. Koteletts trocken tupfen und der Länge nach dritteln. Speckscheiben quer halbieren. Kasselerstreifen mit je 1/2 Scheibe Speck umwickeln.

**2** Öl in einer Pfanne erhitzen. Kasselerstreifen darin rundherum ca. 8 Minuten braten (auf der Nahtseite des Specks beginnen!). Zwiebel schälen

und fein würfeln. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten. Erbsen zufügen und zugedeckt ca. 5 Minuten dünsten. Erbsen mit Salz und 1 Prise Zucker würzen.

**3** 2 EL Butter in einem Topf erhitzen. Mehl einrühren und darin hell anschwitzen. Brühe und 200 ml Milch einrühren, aufkochen und unter Rühren ca. 3 Minuten köcheln. Käse in der Soße schmelzen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**4** Kartoffeln abgießen. 2 EL Butter, 200 ml Milch und Erbsen zufügen, alles grob stampfen. Mit Salz und Muskat abschmecken. Kasselerkröstchen mit dem Stampf anrichten. Die Käsesoße darüber verteilen.

**ZUBEREITUNGSZEIT ca. 50 Min.**

**PORTION ca. 790 kcal**

**E 42 g · F 44 g · KH 51 g**

# Rapso®

## DAS ORIGINAL

- ernährungsphysiologisch besonders wertvoll
- 100% reines Rapsöl-schonend gepresst
- für Salate, zum Backen, Braten und Frittieren
- Vertragsanbau aus Österreich



0,75 L

Natürlich aus Österreich

Weitere Informationen können angefordert werden bei:  
VOG AG, Bäckermühlweg 44, A-4030 Linz oder unter [www.rapso.at](http://www.rapso.at)

## French-Toast-Gröstl

**30**  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 200 g TK-Erbsen
- ♥ 1 Zwiebel ♥ 1 Knoblauchzehe
- ♥ 250 g Toastbrot ♥ 2 Eier (Gr. M)
- ♥ 100 ml Milch ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ ½ TL gemahlener Kümmel
- ♥ Muskat ♥ 2 EL Öl
- ♥ 8 Scheiben Bacon

**1** Erbsen in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser übergießen und antauen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, Zwiebel würfeln, Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Toastbrot in Würfel (ca. 3 cm) schneiden und in eine Schüssel geben. Eier und Milch verquirlen. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Muskat kräftig würzen. Eiermilch über das Brot gießen, vorsichtig mischen und kurz ziehen lassen. Öl in einer großen tiefen Pfanne erhitzen. Speck darin knusprig braten. Herausnehmen und abtropfen lassen.

**2** Brot im heißen Bratfett unter mehrmaligem Wenden goldbraun braten. Zwiebel, Knoblauch und Erbsen zufügen und unter Wenden 3–4 Minuten mitbraten. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Speck grob zerbröckeln, darüberstreuen und sofort servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 30 Min.

**PORTION** ca. 470 kcal

**E** 15 g · **F** 27 g · **KH** 39 g



**Keine Reste, es gibt Gröstl!**

Für dieses tolle Feierabend-

Gericht können Sie statt Bacon auch übrig gebliebene Frikadellen, Würstchen oder etwas Braten vom Mittag oder Vortag verwenden.

# Einfach schnell genießen

**Fertig in max. 30 Minuten**

## Schmetterlingssteak mit Spinatgemüse

25  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 250 g Reis ♥ Salz ♥ 3 Tomaten ♥ 1 Zwiebel ♥ 1–2 Knoblauchzehen ♥ 300 g Babyspinat
- ♥ 2 EL Butter ♥ Muskat ♥ 4 Schmetterlingssteaks vom Schwein (à ca. 150 g) ♥ 2 EL Öl ♥ Pfeffer
- ♥ 150 ml klare Brühe ♥ 1–2 TL dunkler Soßenbinder ♥ Petersilie zum Garnieren

1 Reis in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Tomaten waschen, entkernen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln. Spinat waschen. Butter erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin ca. 3 Minuten andünsten. Tomaten und Spinat zufügen und kurz mitdünsten. Mit Salz und Muskat würzen. Gemüse warm stellen.

2 Steaks trocken tupfen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Steaks darin pro Seite 2–3 Minuten kräftig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Steaks herausnehmen. Bratsatz mit Brühe ablöschen. Soßenbinder einrühren und kurz aufkochen. Soße abschmecken. Reis abgießen. Alles anrichten und mit Petersilie garnieren.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 25 Min.

PORTION ca. 460 kcal · E 40 g · F 22 g · KH 27 g



## Käse-Zwiebel-Sandwich „Abendbrot“

30  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 4 Zwiebeln ♥ 4 EL Öl ♥ 2 EL brauner Zucker ♥ 6 EL Balsamico-Essig ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 8 Scheiben Weißbrot ♥ 150 g geriebener Cheddar

1 Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Zucker darüberstreuen, kurz karamellisieren. Mit Essig und 3 EL Wasser ablöschen, aufkochen, ca. 10 Minuten köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Brote von beiden Seiten mit 2 EL Öl bestreichen. Käse auf 4 Brote verteilen. Balsamico-Zwiebeln, bis auf 2 EL, auf dem Käse verteilen. Mit jeweils einer zweiten Brotscheibe belegen und leicht andrücken.

3 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Sandwiches in die Pfanne geben und pro Seite 2–3 Minuten braten. Sandwiches halbieren. Mit übrigen Balsamico-Zwiebeln anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min.

PORTION ca. 430 kcal · E 15 g · F 20 g · KH 44 g



Veggie

## Wirsing-Schinken-Nudeln für Eilige

30  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 300 g Bandnudeln ♥ Salz ♥ ½ kleiner Wirsing (ca. 400 g) ♥ 2 Zwiebeln ♥ 2 EL Öl ♥ Pfeffer
- ♥ 175 g Doppelrahmfrischkäse ♥ 12 Scheiben Parmaschinken ♥ Kresse zum Bestreuen

1 Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Wirsing waschen, halbieren und in Streifen vom Strunk schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln und Wirsing darin unter Wenden ca. 3 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2 Nudeln abgießen, Nudelwasser dabei auffangen und ca. 100 ml abmessen. Frischkäse und Nudelwasser zum Wirsing geben und aufkochen. Nudeln zufügen und alles vermengen. Wirsing-Nudeln mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nudeln und Schinken anrichten. Mit Kresse und etwas Pfeffer bestreuen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min.

PORTION ca. 660 kcal · E 27 g · F 27 g · KH 75 g





## Pesto-Lachs auf Orangenfenchel

**30**  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 2 kleine Orangen ♥ 4 Lachsfilets ohne Haut (à ca. 180 g) ♥ ca. 600 g Fenchel ♥ 3 EL Öl
- ♥ 100 g Oliven (z. B. schwarze; ohne Stein) ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 4 EL grünes Pesto (Glas) ♥ Backpapier

**1** Ofen vorheizen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C). Orangen so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Orangen in Scheiben schneiden. Lachs trocken tupfen und mit etwas Orangensaft beträufeln. Fenchel waschen, halbieren und in Scheiben schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Fenchel darin ca. 5 Minuten anbraten. Orangen und Oliven zugeben, ca. 1 Minute mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Gemüse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Lachs darin pro Seite ca. 2 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf das Gemüse setzen, mit je 1 EL Pesto bestreichen und alles im Ofen ca. 10 Minuten garen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min.

PORTION ca. 640 kcal · E 40 g · F 49 g · KH 10 g



## Hähnchen in Paprika-Schmandsoße

**25**  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 500 g gemischte Pilze (z. B. Champignons, Maronen- und Austernpilze)
- ♥ 2 EL Butter ♥ 4 EL Öl ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 500 g Hähnchenfilet ♥ 6 Stiele Thymian
- ♥ 200 g Schmand ♥ 1 EL Senf ♥ 1 TL Edelsüßpaprika

**1** Pilze putzen und in dicke Scheiben schneiden. Butter und 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Pilze darin ca. 5 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Fleisch trocken tupfen und in breite Streifen schneiden. 2 EL Öl in einer zweiten Pfanne erhitzen. Fleisch darin ca. 8 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen, herausnehmen. Thymian waschen und hacken.

**3** Schmand, Senf, Thymian und Edelsüßpaprika in den Bratsatz rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Soße erhitzen. Hähnchen und Pilze unter die Soße rühren. Alles anrichten. Dazu schmeckt Baguette.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 25 Min.

PORTION ca. 500 kcal · E 31 g · F 40 g · KH 2 g



## Roter Bulgur-Feta-Salat „Glückseligkeit“

**20**  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 Bund Lauchzwiebeln ♥ 4 EL Olivenöl ♥ 2 EL Tomatenmark ♥ 300 g Bulgur
- ♥ 750 ml Gemüsebrühe ♥ 500 g Brokkoli ♥ 30 g Rucola ♥ 2 Tomaten ♥ 2 Avocados
- ♥ Saft und abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 1 TL Ras el-Hanout (orientalische Würzmischung) ♥ ½ TL getrocknete Minze ♥ 150 g Feta

**1** Lauchzwiebeln waschen und in Ringe schneiden. 1 EL Öl erhitzen. Lauchzwiebeln darin kurz andünsten. Tomatenmark zugeben und kurz anschwitzen. Bulgur unterrühren. Brühe angießen, aufkochen. Zugedeckt ca. 5 Minuten köcheln. Brokkoli waschen, in Röschen vom Strunk schneiden, zum Bulgur geben und ca. 5 Minuten weitergaren.

**2** Rucola waschen, grob zerzupfen. Tomaten waschen, vierteln, entkernen und in Streifen schneiden. Avocados halbieren, entkernen, Fruchtfleisch herauslösen und in Spalten schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln. Bulgur vom Herd nehmen. Tomaten und Avocados unterheben. 3 EL Öl, Salz, Pfeffer, Zitronenschale, Ras el-Hanout und Minze zugeben und alles gut mischen. Rucola unterheben. Salat anrichten. Feta darüberbröckeln.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 20 Min.

PORTION ca. 670 kcal · E 18 g · F 34 g · KH 80 g

## Fixer Gnocchi-Hack-Auflauf

25  
Min.

### ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

- ♥ 2 EL Öl
- ♥ 400 g gemischtes Hack
- ♥ 400 g Schmand
- ♥ 125 g Gorgonzola
- ♥ 100 g Schlagsahne
- ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 500 g Brokkoli
- ♥ 400 g frische Gnocchi (Kühlregal)
- ♥ 75 g geriebener Gouda

**1** Ofen vorheizen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C), Öl in einer Pfanne erhitzen. Hack darin ca. 5 Minuten kräftig anbraten. Herausnehmen, Schmand, Gorgonzola und Sahne in die Pfanne rühren, aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

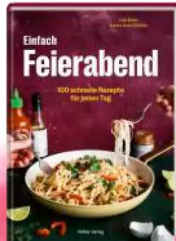
**2** Brokkoli waschen und in kleinen Röschen vom Strunk schneiden. Gnocchi, Brokkoli und Hack in einer Auflaufform (ca. 20x28 cm) mischen. Soße

gleichmäßig darübergießen. Käse darüberstreuen. Auflauf im heißen Backofen ca. 15 Minuten goldgelb backen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 25 Min.

PORTION ca. 630 kcal

E 22 g · F 48 g · KH 25 g



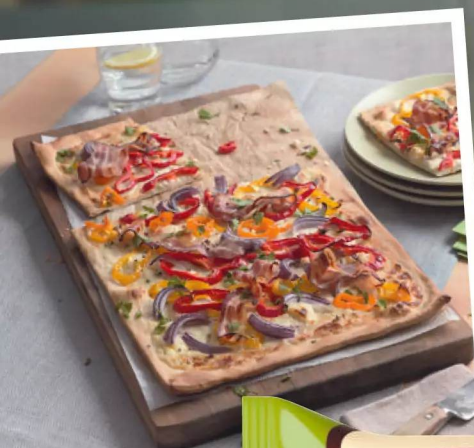
### Was essen wir heute?

„Einfach Feierabend: 100 schnelle Rezepte für jeden Tag“ beantwortet diese Frage mit leckeren Gerichten aus gut erhältlichen Zutaten, die den Geldbeutel schonen.

Julia Bauer und Sandra Anna Christen; Hölker Verlag, 22 €



## Fannytastisch, wie einfach Flammkuchen plötzlich geht.



Fannytastisch einfach!

mit 100 %  
Dinkel



# — **Leser** CLUB —

DIE KÜCHEN-COMMUNITY MIT HERZ

## **Bilder des Monats**

Was unsere Clubmitglieder  
bei Facebook gerade bewegt



### **Wind- und wetterfest**

„Im November heißt es: Regen-  
mantel und Gummistiefel an  
und raus mit dem Hund!“

Corinna Captuller, Wiemersdorf



### **Heimische Backstube**

„Mein Sohn und ich haben St.-  
Martins-Kekse und die ersten  
Weihnachtsplätzchen ge-  
backen. Wenn dann die Familie  
ins Haus kommt und sagt: ‚Hier  
duftet es aber gut‘, zaubert das  
ein Lächeln ins Gesicht.“

Anne Scherer, Michelbach



## **Mit Liebe nachgebacken**

### **„Schwarzwälder Schoko-Traum“**

aus kochen & genießen 12/22, S. 53

„Mein Mann wünschte sich zum Geburtstag  
die superleckere Torte von Regina Klanner  
aus dem letzten Jahr. Er ist ein wahrer Scho-  
koholiker, weshalb ihn die üppige Schoko-  
sahne begeisterte. Trotz der Zubereitung  
verschiedener Cremes und der Kirschen emp-  
fand ich den Arbeitsaufwand als annehmbar,  
da er sich auf mehrere Tage verteilte!“

Christel Ehrentreich, Bad König

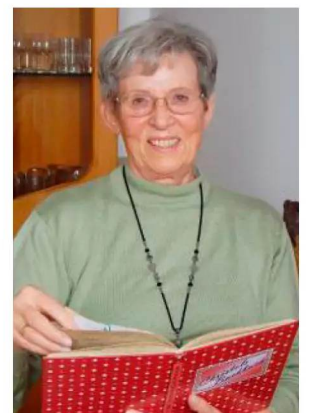


Foto: House of Food, privat, Shutterstock

# Mein Klassiker

## Pumpkin Spice Latte

Fiona Hahn,  
Mühlheim am Main



Im Herbst und im Winter wärmt die cremig-süße Mischung die Seele

FÜR CA. 1 PERSON Ich mixe 200 ml Milch, 1 EL Kürbispüree, 20 g Vanilleproteinpulver oder etwas Vanillesirup, 1 TL Pumpkin-Spice-Gewürz (z.B. von Just Spices) sowie Zimt und Karamellsirup im Standmixer. Die Masse erhitze ich dann, fülle sie in eine Tasse und gieße einen Espresso darauf.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 10 Min.



## Und was ist mit Ihnen?

Werden auch Sie Mitglied im kochen & genießen-Leserclub und kommen Sie mit Ihren Ideen in unser Heft! Schreiben Sie uns einfach unter [club@kochen-und-genießen.de](mailto:club@kochen-und-genießen.de)

„Mach dir lieber Nudeln anstatt Sorgen.“

Zum Beispiel unsere raffinierten winterlichen Pasta-Träume ab Seite 6

## Nachgefragt

Sind Sie eher Team Vorspeise, Hauptgericht oder Dessert?

Jeder Gang hat seinen Charme und seine Anhänger

**Marion Thiel:**

„Ganz klar: Am liebsten esse ich das ganze Programm!“

**Bettina Kersting:**

„Bei mir ist die Hauptspeise ein Muss. Außer im Urlaub, da lasse ich mich auch mal mit sieben Gängen verwöhnen!“

**Anne Scherer:**

„Team Dessert! Bei Menüs schaue ich immer direkt, was es als Nachtsch gibt, und lasse entsprechend viel Platz.“



## DAS ANTI-STRESS\*-DUO

**MAGNESIUM**  
für entspannte Muskeln\*



**B-VITAMINE**  
für starke Nerven\*

- Schnelle Freisetzung + langanhaltende Magnesiumversorgung
- Wertvolle B-Vitamine für starke Nerven\*
- Im praktischen Direct-Stick zur einfachen Einnahme



**Bioelectra® MAGNESIUM.** Bewährte Qualität aus Ihrer Apotheke.

\* Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. Die enthaltenen B-Vitamine tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems und des Energiestoffwechsels bei.

Bioelectra® Magnesium 400 mg Nerven & Muskeln Vital. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Verzehrsempfehlung: 1x täglich den Inhalt eines Sticks verzehren. Die Micro-Pellets direkt auf die Zunge geben und schlucken. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Stand: September 2021



# Die wohltuende SUPPEN-APOTHEKE

Diese köstlichen Elixiere schenken uns mit jedem Löffel gesunde Kräfte – und Husten, Schnupfen, Heiserkeit haben keine Chance

## Starkes Signal gegen Viren

Der intensive Pflanzenfarbstoff Beta-carotin in der Roten Bete stärkt unsere Abwehrkräfte.

Veggie

## Wieso befreien heiße Suppen die Atemwege?

Sie wärmen nicht nur herrlich von innen, ihr aufsteigender Dampf befreit auch blockierte Atemwege.

## Wie macht sich Kümmel nützlich?

Seine ätherischen Öle verleihen Geschmack, und sie können darüber hinaus trockenen Husten lindern.

## Welche Kraft steckt in Wurzeln?

Wurzeln sind die Nährstoffspeicher der Pflanzen. In ihnen befinden sich alle wertvollen Inhaltsstoffe.

## Warum sollten wir öfter scharf essen?

Der Scharfstoff Capsaicin, z.B. in Chilis, kurbelt die Durchblutung an und heizt unseren Abwehrkräften ein.

## Wieso schwört Oma auf Hühnersuppe?

Sie spendet neben Flüssigkeit viele Vitamine, Zink und Eisen. Das hilft uns, schneller gesund zu werden.

# Steckrüben- Rote-Bete-Suppe mit Pastinake

Wunderhübsch anzusehen, vertreibt das Wurzelgemüse jeden Winterblues und nahenden Infekt

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 Pastinake (ca. 200 g)
- ♥ ½ kleine Steckrübe (ca. 400 g)
- ♥ 2 Möhren ♥ 100 g Rote Bete
- ♥ 1 große Kartoffel ♥ 1 Zwiebel
- ♥ 1 Knoblauchzehe
- ♥ 2 Zweige Rosmarin
- ♥ 2 EL Olivenöl
- ♥ 1 l Gemüsebrühe
- ♥ 100 g Parmesan
- ♥ 150 g Crème fraîche
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ Muskat
- ♥ Backpapier

**1 FÜR DIE SUPPE** Pastinake, Steckrübe, Möhren, Rote Bete und Kartoffel schälen, waschen und grob in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch hacken. Rosmarin waschen.

**2** Öl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Gesamtes Gemüse und Kartoffel zufügen und unter Rühren ca. 10 Minuten anrösten. Brühe angießen, aufkochen und Rosmarin-zweige zufügen. Alles bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln.

**3 FÜR DIE KÄSE-CHIPS** Käse fein reiben und esslöffelweise in großen Abständen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) 5–7 Minuten backen. Abkühlen lassen.

**4** Rosmarin aus der Suppe entfernen. Suppe pürieren und mit ca. 100 g Crème fraîche verfeinern. Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und anrichten. Übrige Crème fraîche glatt rühren und Suppe damit garnieren. Käse-Chips dazu reichen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std.

**PORTION** ca. 370 kcal

E 13 g · F 23 g · KH 24 g

# Wirsingtopf mit Hackbällchen

Dieser deftige Eintopf ist eine Wohltat für Körper und Seele. Einen neuen Energieschub gibt's direkt dazu dank der proteinreichen Hackbällchen

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ ½ Wirsing (ca. 750 g)
- ♥ 400 g Kartoffeln ♥ 1 große Zwiebel
- ♥ 400 g Rinderhack ♥ 1 TL Senf ♥ 1 Eigelb
- ♥ 1 EL Semmelbrösel ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 2 EL Öl ♥ ½ TL gemahlener Kümmel
- ♥ 1,2 l Gemüsebrühe ♥ ½ Bund Schnittlauch

**1 FÜR DEN EINTOPF** Wirsing waschen, halbieren und in feinen Streifen vom Strunk schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen und würfeln.

**2 FÜR DIE HACKBÄLLCHEN** Hack, Hälfte Zwiebel, Senf, Eigelb und Semmelbrösel verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackmasse kleine Bällchen formen. Öl in einem Topf erhitzen. Hackbällchen darin rundherum 5–6 Minuten kräftig anbraten. Bällchen herausnehmen.

**3** Rest Zwiebel im heißen Bratfett glasig dünsten. Wirsing und Kartoffeln zufügen und ca. 5 Minuten mitdünsten. Mit Salz und Kümmel würzen. Brühe angießen, aufkochen und zugedeckt ca. 25 Minuten köcheln.

**4** Hackbällchen in die Suppe geben, aufkochen und 2–3 Minuten darin erhitzen. Schnittlauch waschen und in feine Röllchen schneiden. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Schnittlauch bestreuen.

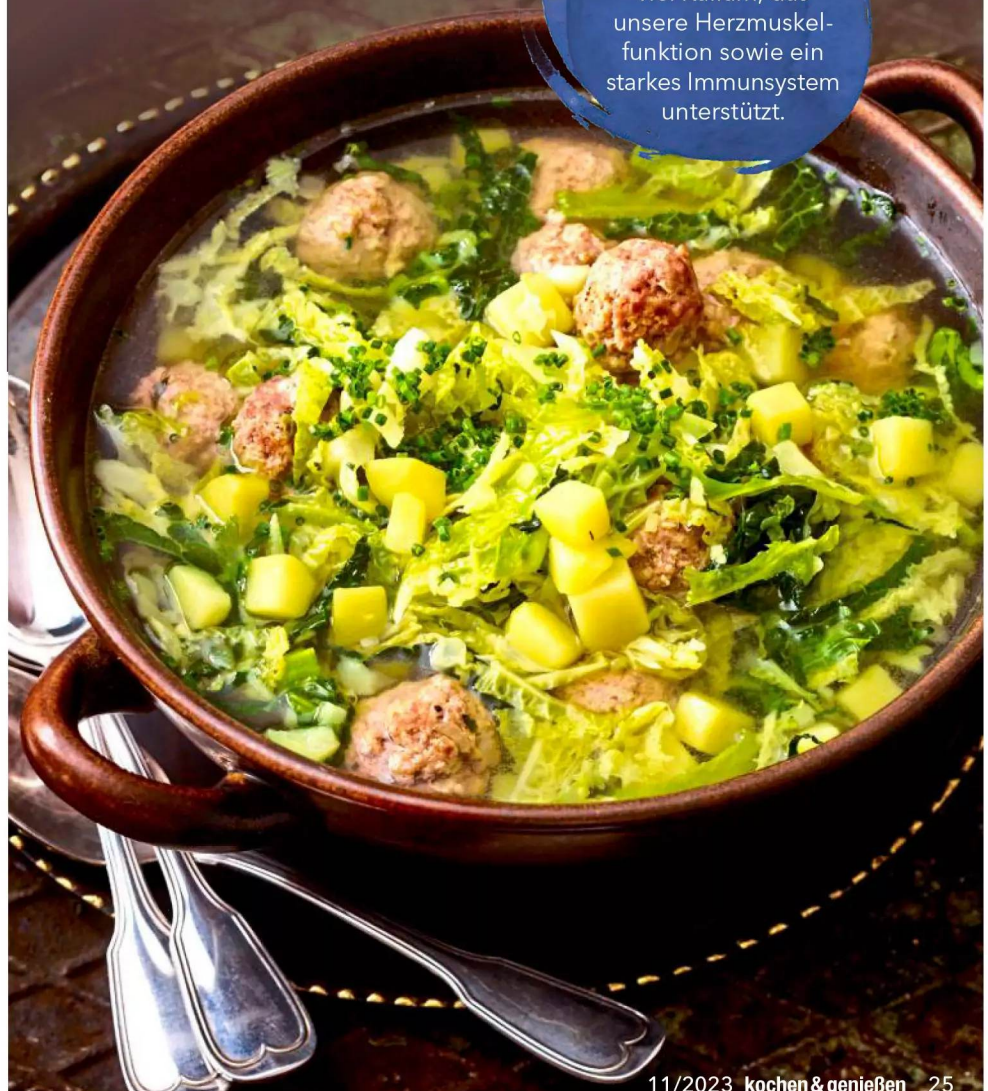
**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min.

**PORTION** ca. 410 kcal

E 27 g · F 21 g · KH 24 g

### Volle Kraft voraus

In Wirsing steckt viel Kalium, das unsere Herzmuskel-funktion sowie ein starkes Immunsystem unterstützt.



# Thailändische Kokos-Hähnchen-Bowl

Jeder Löffel ein Geschmackserlebnis!  
Als Extra spendiert die Chilischärfe eine Portion Glückshormone

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 2 Zwiebeln ♥ 2 Knoblauchzehen
- ♥ 1 Stück (ca. 2 cm) Ingwer
- ♥ 2 rote Chilischoten
- ♥ 3-4 Stangen Zitronengras
- ♥ 2 Möhren ♥ 650 g Hähnchenfilet
- ♥ 1 Dose (400 ml) Kokosmilch
- ♥ 1 l Hühnerbrühe
- ♥ 300 g Champignons
- ♥ 1 Zucchini (ca. 200 g)
- ♥ 250 g Kirschtomaten
- ♥ ½ Bund Koriander
- ♥ 3-4 EL Limettensaft ♥ Salz

1 Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zwiebeln fein würfeln, Knoblauch und Ingwer fein hacken. Chilischoten längs einschneiden, entkernen, waschen und sehr fein hacken. Zitronengras waschen, längs einritzen und die äußeren Blätter ablösen. Stangen leicht flach drücken. Möhren schälen, waschen und in Scheiben schneiden. Hähnchenfilet trocken tupfen und in Stücke schneiden.

2 Kokosmilch und Brühe in einem Topf aufkochen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer, Chili, Zitronengras, Möhren und Fleisch zufügen, aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln.

3 Champignons putzen und in dünne Scheiben schneiden. Zucchini waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren.

4 Pilze, Zucchini und Tomaten zur Suppe geben. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten weiterköcheln. Koriander waschen und fein hacken. Suppe vom Herd nehmen. Zitronengras entfernen. Suppe mit Limettensaft und Salz kräftig abschmecken. In Schalen anrichten und mit Koriander bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min.

**PORTION** ca. 370 kcal

**E** 30 g · **F** 25 g · **KH** 6 g

### Doppelt gut

Knoblauch und Ingwer machen ungebetenen Erkältungsviren den Garaus dank ihrer wärmenden, scharfen Wirkstoffe.

# Fruchtige Linsensuppe

Ruck, zuck zubereitet können ihre Kräfte sich schnell entfalten. Das Geheimnis für wohliges Bauchgefühl ist Kreuzkümmel

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 2 Zwiebeln ♥ 3 EL Olivenöl
- ♥ 200 g rote Linsen
- ♥ 1 TL Curry
- ♥ ½ TL gemahlener Kreuzkümmel
- ♥ ½ TL Zimt
- ♥ 1 l Gemüsebrühe
- ♥ 1 Apfel ♥ 2 Lauchzwiebeln
- ♥ 1 rote Chilischote
- ♥ 3 EL Zitronensaft ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 1-2 EL Weißweinessig

**1 FÜR DIE SUPPE** Zwiebeln schälen und fein würfeln. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin 2-3 Minuten

glasig dünsten. Linsen zufügen und ca. 1 Minute mitdünsten. Mit Curry, Kreuzkümmel und Zimt bestäuben und kurz anschwitzen. Brühe angießen, aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln.

**2 FÜR DAS TOPPING** Apfel waschen, vierteln und entkernen. Fruchtfleisch fein würfeln. Lauchzwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Chili längs einschneiden, entkernen, waschen und in Ringe schneiden. Apfel, Lauchzwiebeln, Chili und Zitronensaft mischen.

**3 Suppe nach Belieben etwas pürieren.** Mit Salz, Pfeffer und Essig abschme-

cken. Suppe anrichten, mit Pfeffer und dem Apfeltopping bestreuen. 2 EL Öl darüberträufeln.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 30 Min.

**PORTION** ca. 290 kcal

**E** 14 g · **F** 9 g · **KH** 35 g

Für  
**Schlau-  
fuchse**

### Schön zart

Rote und gelbe Linsen brauchen nicht lange zu köcheln oder vorher eingeweicht zu werden. Perfekt für schnelle Suppen und zum Energiesparen!

### Klein, aber oho

In Linsen stecken jede Menge Powerinhaltsstoffe wie etwa Vitamin A und E, die zu einer guten Immunfunktion beitragen.

Veggie



Veggie



Veggie

MEHR  
ABWECHSLUNG AUF  
IHREM TELLER

# 4-mal lecker

*Unkompliziert*

Wenn es ganz einfach  
sein darf, fertiges Pesto  
aus dem Glas nehmen



*Imbiss*

Ideal als fixes  
Abendessen mit  
einem grünen  
Salat dazu



Veggie

# 1 Indisch mit Mohn und Sesam

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 4 große Kartoffeln (à ca. 300 g)
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 2 EL Olivenöl
- ♥ 2 TL Sesam (z. B. hell und schwarz)
- ♥ 1 EL Mohn

1 Kartoffeln waschen und längs ca. 3 cm tief einschneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln auf ein Backblech legen, mit Öl beträufeln und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 45 Minuten vorbacken.

2 Sesam in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

3 Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und leicht auseinanderdrücken. 2 Kartoffeln mit Sesam und 2 Kartoffeln mit Mohn bestreuen. Bei gleicher Temperatur ca. 15 Minuten zu Ende backen. Kartoffeln auf einer Platte anrichten und mit dem Öl vom Backblech beträufeln.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 1 ¼ Std.

PORTION ca. 270 kcal · E 7 g · F 6 g · KH 46 g

# 2 Getoppt mit Pesto und Parmesan

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 4 große Kartoffeln (à ca. 300 g) ♥ 25 g + 25 g Parmesan (Stück)
- ♥ 5 Stiele Basilikum ♥ 4 EL Olivenöl ♥ Salz ♥ Pfeffer

1 Kartoffeln waschen und auf ein Backblech legen. Kartoffeln im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 1 Stunde backen.

2 FÜR DAS PESTO 25 g Parmesan fein reiben. Basilikum waschen und grob schneiden. Basilikum und Öl pürieren. Parmesan unterrühren. Pesto mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, kreuzweise tief einschneiden und etwas auseinanderdrücken. Je 1 TL Pesto in die Kartoffelmitte geben. Kartoffeln anrichten. 25 g Parmesan grob raspeln und über die Kartoffeln streuen. Übriges Pesto dazu servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 1 ¼ Std.

PORTION ca. 360 kcal · E 11 g · F 14 g · KH 44 g



### Allzeit bereit

Übriges Pesto in einer Eiswürfelform einfrieren und zum Würzen von Soßen oder Dips verwenden.

# 3 Gefüllt als Panino mit Schinken und Käse

## ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

- ♥ 4 Kartoffeln (à ca. 100 g) ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 2 Scheiben (à ca. 20 g) gekochter Schinken ♥ 4 Salbeiblätter
- ♥ 4 Scheiben (à ca. 10 g) Bergkäse ♥ 4 Holzspieße

1 Kartoffeln waschen und waagrecht halbieren. Kartoffelhälften mit den Schnittflächen nach oben auf einem Backblech verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kartoffeln im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 20 Minuten vorbacken.

2 Schinken halbieren. Salbei waschen. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und die Schnittfläche von vier Hälften mit je 1 Scheibe Schinken und Käse und 1 Salbeiblatt belegen. Übrige Kartoffelhälften mit der Schnittfläche nach unten darauf verteilen. Mit einem Spieß feststecken. Kartoffeln bei gleicher Temperatur weitere ca. 10 Minuten zu Ende backen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 40 Min.

PORTION ca. 240 kcal · E 14 g · F 6 g · KH 32 g

# 4 Gefächert mit Kräutern auf provenzalische Art

## ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

- ♥ 4 Kartoffeln (à ca. 100 g)
- ♥ 2 Zweige Rosmarin ♥ 2 Stiele Thymian
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 2 EL Olivenöl

1 Kartoffeln waschen und quer fächerförmig in kurzen Abständen mit einem scharfen Messer einschneiden. Kräuter waschen und fein hacken. Kartoffeln mit Salz und Pfeffer würzen und mit den Kräutern bestreuen. Mit Öl beträufeln.

2 Kartoffeln im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 30 Minuten backen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 40 Min.

PORTION ca. 230 kcal · E 4 g · F 10 g · KH 30 g



### Zusammenhalt

Die Kartoffeln nacheinander auf einen Esslöffel legen und in kleinen Abständen von oben nach unten mehrmals einschneiden.

GENUSS-ZUTAT KAFFEE

# Ein köstlicher Kick

Ob süß oder herzhaft, das schwarze Elixier sorgt für eine aufregende Geschmackstiefe

## Zwei starke Sorten

Arabica-Kaffee weist komplexe Aromen und eine milde Säure auf. Die herben Robusta-Bohnen werden z. B. Espresso beigemischt für mehr Ausdruck und eine stabile Crema.

## Für das gewisse Etwas

Für Bratensoßen, Schmortöpfe oder zum Köcheln im Bräter verwenden wir gebrühten Kaffee - mit ihm lässt sich auch Gebratenes ablöschen.



## Beef-Burger mit kräftiger BBQ-Soße

Ein Biss in den Burger - und unsere Geschmacksknospen erwachen

### ZUTATEN FÜR 4 STÜCK

- ♥ 6 Gewürzgurken ♥ 3 Zwiebeln
- ♥ 6 EL Obstessig
- ♥ 50 g + 50 g brauner Zucker
- ♥ 1 rote Chilischote ♥ Salz
- ♥ 200 g Tomatenketchup
- ♥ 75 ml kalter Kaffee ♥ 2 EL Whiskey
- ♥ 1 EL Honig ♥ ½ Bund Schnittlauch
- ♥ 2 EL Salatcreme ♥ Pfeffer
- ♥ 400 g Rinderhack
- ♥ 2 EL grober Senf ♥ 2 EL Öl
- ♥ 50 g Mini-Römersalat
- ♥ 4 Hamburger-Brötchen mit Sesam

**1 FÜR DAS RELISH** Gurken abtropfen lassen und fein hacken. 1 Zwiebel schälen und fein würfeln. Gurken, Zwiebel, 5 EL Essig und 50 g Zucker aufkochen und offen unter Rühren ca. 10 Minuten einköcheln lassen. Chili längs einritzen, entkernen, waschen und sehr fein würfeln. Relish mit Salz und Chili würzen. Kühl stellen.

## Das passt!

Beim Kaffeerösten entstehen rund 800 Aromen – ähnlich wie beim Braten von Rindfleisch. Deshalb harmonisieren die beiden so gut



**2 FÜR DIE BBQ-SOSSE** Ketchup, 50 g Zucker, 1 EL Essig, Kaffee, Whiskey und Honig aufkochen. Unter ständigem Rühren ca. 10 Minuten dicklich einkochen. Soße kühl stellen.

**3** Schnittlauch waschen und in feine Röllchen schneiden. Salatcreme und Schnittlauch verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**4 FÜR DIE PATTYS** 1 Zwiebel schälen und fein würfeln. Hack, Senf und Zwiebel verkneten, mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Daraus 4 Burgerpattys formen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Pattys darin pro Seite ca. 4 Minuten braten.

**5** 1 Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Pattys aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Zwiebelringe im Bratfett ca. 5 Minuten goldbraun braten.

**6** Salat waschen und in breite Streifen schneiden. Brötchen waagrecht halbieren. Obere Hälften mit vorbereiteter Salatcreme bestreichen. Untere Hälften mit je 2–3 EL BBQ-Soße, Salat, Pattys, Zwiebelringen, Relish und oberen Brötchenhälften belegen. Dazu schmecken Kartoffelecken.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std.

**STÜCK** ca. 660 kcal

**E** 30 g · **F** 26 g · **KH** 69 g

Vorab  
probiert vom



## LeserCLUB

„Geschmacklich mal was ganz anderes als normales Gulasch, vor allem durch den Espresso. Passt auch super zu Bandnudeln!“

Susanne Bischoff



## Espresso-Gulasch mit Kürbisspalten

Espresso spendiert dem winterlichen Gericht raffinierte herbe Noten und schenkt dem Fleisch zusätzlich eine satte, dunkle Farbe

### ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

- ♥ 1 Bund oder 10 Stiele Thymian
- ♥ 3 Zwiebeln ♥ 2 Knoblauchzehen
- ♥ 2 kg Rindfleisch (aus der Schulter)
- ♥ 6 EL Öl ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 1 EL Mehl
- ♥ 250 ml Portwein
- ♥ 750 ml + 500 ml Gemüsebrühe
- ♥ 200 ml frisch gebrühter Espresso
- ♥ 1 Granatapfel ♥ 1 Hokkaido-Kürbis (ca. 1 kg)
- ♥ 1 Zweig Rosmarin ♥ 500 ml Milch
- ♥ 250 g Polenta (Maisgrieß)
- ♥ 2 EL Butter ♥ Muskat

**1** Thymian waschen und, bis auf 3 Stiele zum Garnieren, hacken. Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen, fein hacken. Rindfleisch trocken tupfen und in Würfel (ca. 3 cm) schneiden.

**2** 4 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Fleisch darin portionsweise rundherum kräftig anbraten. Gesamtes Fleisch wieder in den Bräter geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln, Hälfte Knoblauch und Hälfte Thymian zufügen und kurz mit anbraten. Alles mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Portwein angießen und kurz aufkochen.

750 ml Brühe und Espresso zugießen, aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 2 Stunden schmoren.

**3** Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Kürbis vierteln, entkernen, waschen und in ca. 1 cm dicke Spalten schneiden. Rosmarin waschen und fein hacken. 500 ml Brühe und Milch in einem Topf aufkochen. Polenta unter Rühren einrieseln lassen. Aufkochen, Topf vom Herd nehmen. Polenta ca. 10 Minuten quellen lassen, dabei mehrmals umrühren.

**4** 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Kürbisspalten darin pro Seite ca. 4 Minuten braten. Nach Hälfte der Bratzeit Rest Knoblauch, gehackten Thymian und Rosmarin zugeben, mitbraten. Kürbis mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**5** Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Butter unter die Polenta rühren, mit Salz und Muskat abschmecken. 3 Stiele Thymian hacken. Alles anrichten. Mit Granatapfelkernen und Thymian bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 ½ Std.

**PORTION** ca. 680 kcal

**E** 41 g · **F** 32 g · **KH** 47 g

## Cremiger Kaffee-Auflauf

Den karamelligen Kaffee-Schatz unterm saftigen Teig bergen wir Löffel für Löffel

### ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

- ♥ 100 g + 150 g weiche Butter
- ♥ 200 g + 150 g Zucker
- ♥ 300 ml kalter Espresso ♥ 125 g Schlagsahne
- ♥ 1 gehäufte EL Speisestärke
- ♥ 3 Eier (Gr. M) ♥ 170 g Ahornsirup
- ♥ 200 g Mehl ♥ 1 gestrichener TL Backpulver
- ♥ 125 ml Milch

**1** 100 g Butter, 200 g Zucker, Espresso und Sahne in einem Topf unter Rühren aufkochen. Stärke und 2 EL Wasser verrühren, in die Butter-Espresso-Mischung geben und unter Rühren ca. 5 Minuten köcheln. In eine Auflaufform (ca. 2 l Inhalt) füllen und ca. 2 Stunden kalt stellen.

**2** 150 g weiche Butter und 150 g Zucker mit den Schneebesen des Rührgeräts cremig rühren. Eier und Ahornsirup zufügen und unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und abwechselnd mit der Milch unterrühren. Teig löffelweise auf der Espressocreme verteilen und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 20 Minuten goldgelb backen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std. +  
**Wartezeit** ca. 1 ¾ Std.

**PORTION** ca. 790 kcal · E 8 g · F 45 g · KH 87 g

Foto: House of Food, Shutterstock, Privat, PR; Illustration: Shutterstock

## Aroma-Booster süßer Kaffeessirup

**FÜR 1 FLASCHE (CA. 200 ML) 400 ml frisch gebrühten, starken, heißen Kaffee und 200 g braunen Zucker in einem Topf aufkochen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten auf 200 ml Sirup einkochen. Heißen Sirup in eine vorbereitete Flasche füllen, verschließen und auskühlen lassen. Sirup z.B. zum Aromatisieren von Teigen, Streuseln, Desserts, Toppings und Kaffeezubereitungen verwenden.**

**ZUBEREITUNGSZEIT**  
ca. 30 Min.



## HEISS GEBRÜHT

Kaffee kochen ist eine Kunst. Mit dem passenden Equipment jedoch wird es zum köstlichen Kinderspiel



**1001 Nacht**  
„Aladins Kaffee-gewürz“ spendiert Heißgetränken mit Kardamom und Zimt ein sinnliches Wohlfühlaroma. Von Sonnentor; 35 g ca. 6 €; Supermarkt



### Glückwunsch

Der Klassiker von Bialetti wird 90 Jahre alt. Zur Feier gibt's den Espressokocher in einer Sonderedition. Ca. 50 €; über [bialetti-shop.de](http://bialetti-shop.de)



### Herbstkleid

Mit dem Einzug der kühlen Jahreszeit kleidet sich auch Iso-lierkanne „Skyline“ in satte, beerige Töne. Ca. 55 €; über [alfi.de](http://alfi.de)



# Mokka-Käsetorte mit Keksbröseln

## ZUTATEN FÜR CA. 16 STÜCKE

- ♥ 600 g Double Chocolate Cookies (z. B. helle und dunkle)
- ♥ 8 Blatt Gelatine
- ♥ 400 g Schlagsahne
- ♥ 700 g Doppelrahmfrischkäse
- ♥ 150 g Vollmilchjoghurt
- ♥ 150 g Puderzucker
- ♥ 2 Päckchen Vanillezucker
- ♥ 100 ml kalter Espresso ♥ 1 EL Kaffeebohnen
- ♥ Fett für die Form

1 AM VORTAG Cookies portionsweise in einem Universalzerkleinerer kurz fein

hacken. Cremig und knusprig – in jeder Schicht steckt ein neues Geschmacksgeheimnis unseres Lieblingswachmachers

hacken. Gelatine einweichen. Sahne steif schlagen. Frischkäse, Joghurt, Puderzucker und Vanillezucker mit einem Schneebesen kurz verrühren.

2 Gelatine ausdrücken und auflösen. 2 EL Frischkäsecreme in die Gelatine rühren, dann unter die übrige Creme rühren. Espresso nach und nach mit einem Schneebesen unterrühren. Zum Schluss Sahne unterheben.

3 Eine Springform (26 cm Ø) gut fetten. Ca.  $\frac{1}{5}$  der Cookie-Brösel auf den Boden der Form streuen und ca.  $\frac{1}{5}$  der Creme in Klecksen darauf verteilen. Creme vorsichtig auf der Bröselnschicht ver-

streichen. Auf die Cremeschicht wieder  $\frac{1}{5}$  der Brösel und darauf wieder  $\frac{1}{5}$  der Creme verteilen. Den Vorgang wiederholen, bis Brösel und Creme aufgebraucht sind. Obere Cremeschicht leicht wellenartig verstreichen. Torte zugedeckt über Nacht kalt stellen.

4 AM NÄCHSTEN TAG Kaffeebohnen grob hacken und vor dem Servieren auf die Torte streuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. +  
**Wartezeit** ca. 12 Std.  
**STÜCK** ca. 350 kcal  
**E** 6 g · **F** 27 g · **KH** 19 g



## Tägliches Glück

Rund 92 Prozent aller Deutschen genießen täglich ihren Kaffee. Nur acht Prozent können sich vorstellen, ganz auf Kaffee zu verzichten. Im Mittelwert heben wir 3,5-mal am Tag unsere Tassen. Am beliebtesten: Filterkaffee, Cappuccino und Latte macchiato.

Quelle: Tchibo-Kaffeereport 2023



# Grüner leben



SO LECKER SCHMECKT NACHHALTIG

## Krummes Ofenglück

Verwachsen, zu kurz oder zu dick: Auf diesem Blech ist alles erlaubt. Gerettetes Gemüse schmeckt nämlich noch besser!

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 400 g Möhren ♥ 400 g Pastinaken
- ♥ 400 g Hokkaido-Kürbis
- ♥ 8 kleine Rote Beten (ca. 500 g)
- ♥ 3 Ringelbeten (300-350 g)
- ♥ 8 getrocknete Datteln
- ♥ 4 Scheiben Bacon ♥ 2 TL Fenchel
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 7 EL + 1 TL Olivenöl
- ♥ 3-4 Stiele Petersilie ♥ 8 Stiele Minze
- ♥ 300 g Vollmilchjoghurt ♥ 1 EL Zitronensaft

**1 FÜR DAS GEMÜSE** Möhren und Pastinaken schälen, waschen und längs halbieren oder vierteln. Kürbis entkernen und in Spalten schneiden. Alle Beten schälen. Rote Beten vierteln, Ringelbeten in Scheiben schneiden. Datteln entsteinen. Bacon quer halbieren. Um jede Dattel eine halbe Baconscheibe wickeln. Fenchel grob zerstoßen. Gemüse, bis auf die Ringelbeten, mit  $\frac{3}{4}$  Fenchel, Salz, Pfeffer und 5 EL Öl mischen. Gemüse auf einem Backblech verteilen. Datteln

darauflegen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 30 Minuten backen. Ringelbeten, Rest Fenchel, Salz, Pfeffer und 2 EL Öl mischen. Nach ca. 10 Minuten mitbacken.

**2 FÜR DEN DIP** Kräuter waschen und fein hacken. Mit Joghurt, Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Mit 1 TL Öl beträufeln. Zum Gemüseblech reichen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std.

**PORTION** ca. 590 kcal · E 10 g · F 29 g · KH 69 g

### Die etwas andere Gemüse-Kiste

Gemüse, das äußerlich nicht der Norm entspricht, wird von Etepetete statt aussortiert direkt nach Hause geliefert. Ab ca. 20 €; über etepetete-bio.de



GUT FÜR UNS  
UND DIE  
NATUR



## BEWÄHRTE BROT-TIPPS

Wie bleibt das Brot frisch und was ist, wenn es doch schon zu hart ist?

### Richtig lagern

- Am längsten hält Brot in einem unlasierten **Tongefäß** (z.B. Römertopf, Brottopf)
- Plastik- oder Metallbrotboxen benötigen **Lüftungslöcher**
- Brot auf der **Schnittkante** lagern: schützt vor Austrocknen
- Kühlschrank, Papier-, Plastik- oder Stofftüte sind **ungeeignet** (Brot trocknet aus oder bildet durch Feuchtigkeit Schimmel)
- Brotbox ca. 1 x die Woche mit **Essigreiniger** säubern

### Haltbarkeit

Helles Weizenbrot	2 Tage
Weizenmischbrot	2-4 Tage
Vollkornbrot	3-4 Tage
Roggenbrot	7-9 Tage

### Alternativen zur Tonne

- Brot zu **Croûtons**, **Semmelbröseln**, **Semmelknödel**, **Brotauflauf** oder **armen Rittern** verarbeiten.
- Auch lecker: eine Scheibe Brot vom Vortag auf **Zwiebelsuppe** mit Käse überbacken.
- Ab in den Winterschlaf: übriges Brot **einfrieren**. Scheibenweise oder im Ganzen auftauen und toasten oder kurz befeuchten und im Ofen aufbacken.

kochen & genießen

16 SEITEN  
EXTRA

# Der große Plätzchen-Adventskalender

MIT 24 REZEPTEN



Butter-Spritzgebäck  
in drei Variationen S.10



Zarte Zimtsterne S.6



Bärentatzen mit Matcha S.15



Himbeerige Linzer  
Plätzchen S.3



Lemon-  
Curd-  
Bäumchen  
S.13



Polos mit Nugatfüllung S.8

24   
traumhafte  
Plätzchen   
Großer Keks-Adventskalender 

Hinter jedem Türchen ein  
himmlisches Rezept

## INHALT

<b>Klassiker mit kleinem Twist</b> Unsere neuen Lieblingsplätzchen	3
<b>Spritzgebäck</b> Butterart & herrlich mürb	10
<b>Oh, wie raffiniert</b> Plätzchen mit dem gewissen Extra	12
<b>Süßer Baumschmuck</b> Hübsch verzierte Espresso-plätzchen	16



## IMPRESSUM

Dieses Booklet ist ein Extraheft zur Zeitschrift  
**kochen & genießen** 11/2023; Bauer Food Experts KG,  
**Redaktion:** kochen & genießen, Brieffach 35141,  
 Burchardstraße 11, 20077 Hamburg,  
 Telefon: 040 3019-5168,  
 www.kochen-und-genießen.de,  
 E-Mail: info@kochen-und-genießen.de  
**Herausgeberin** Sabine Ingwersen  
**Redaktionsleiterin** Stefanie Reifenrath (V.i.S.d.P.),  
 Adresse wie Redaktion **Chefin vom Dienst** Christine  
 Matthiesen **Head of Editorial** Theresa Gießbau **Head of**  
**Design** Nadine Hussong **Redaktion** Maike Doege,  
 Doris Gibson, Manfred Mnich, Friederike Möller  
**Layout** Lena Klimek, Karina Schultz **Mitarbeiter**  
 dieser Ausgabe Volker Eggers (Text; fr.)  
**Verlagsleitung** Malte Jensen **Objektleitung** Olga  
 Nizhegorodtseva **Anzeigen: Managing Director** Tim  
 Lammek **Vertrieb** Bauer Vertriebs KG, Brieffach 4000,  
 20086 Hamburg **Koordinator Herstellung** Helge Voss  
**Herstellung** Rafael Schneider  
**Druck** Bauer Print Wykroty Sp. z o.o., Sp. K.,  
 ul. Wyzwolenia 54, 59-730 Nowogrodziec, Polen



\* Liebe Leserinnen,  
 \* liebe Leser,

\*

schließen Sie die Augen und atmen Sie tief ein.  
 Können Sie den Duft nach warmem Zimt und  
 würzigen Nelken bereits riechen? Diese Aromen  
 rufen schöne Erinnerungen an besinnliche  
 Adventstage in uns wach. Auch heute blicken wir  
 voller Vorfreude auf Heiligabend. Um uns die Tage  
 bis Weihnachten zu versüßen, haben wir für Sie  
 24 feine Keksrezepte gezaubert – für jeden Dezem-  
 bertag eines. Ob Sie diese täglich backen oder fürs  
 große Plätzchenbacken Ihre Favoriten auswählen,  
 bleibt Ihnen überlassen. Starten Sie mit uns in  
 eine Zeit voller Freude und Genuss.

*Wir wünschen Ihnen  
 einen besinnlichen Advent*

Ihre Redaktion von **kochen & genießen**



# Unsere neuen Lieblingsplätzchen

Mit etwas Finesse verwandeln Sie klassisches Adventsgebäck in ein neues Geschmackserlebnis

## Himbeerige Linzer Plätzchen

Wir starten in den Advent mit der Süße von Beeren – gute Laune beim Naschen garantiert!

### ZUTATEN FÜR CA. 30 STÜCK

- ♥ 250 g Mehl ♥ 125 g Puderzucker ♥ Salz ♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 125 g Butter
- ♥ 250 g Himbeerkonfitüre ♥ Puderzucker zum Bestäuben
- ♥ Mehl für die Arbeitsfläche ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Mehl, Puderzucker und 1 Prise Salz in einer Schüssel mischen. Ei und Butter in Stückchen zugeben. Zunächst mit den Knethaken des Rührgeräts, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Konfitüre in einem kleinen Topf aufkochen, abkühlen lassen. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen. Kreise mit Wellenrand

(ca. 6 cm Ø) ausstechen. Aus der Hälfte der Kreise in der Mitte einen kleinen Kreis (ca. 3 cm Ø) ausstechen. Kreise und Ringe auf ca. drei mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen. Teigreste verkneten und ebenso verarbeiten. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) 8–10 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3** Kreise mit der Konfitüre bestreichen, dabei rundherum einen 2–3 mm breiten Rand frei lassen. Ringe mit Puderzucker bestäuben und auf die Konfitüre setzen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std. +

Wartezeit ca. 45 Min.

**STÜCK** ca. 100 kcal · E 1 g · F 4 g · KH 15 g

## Hafer-Kokos-Cookies

Wie ein Schatz in der Keksdose leuchten die guldernen Cookies und versprühen exotisches Kokos-Aroma



### ZUTATEN FÜR CA. 20 STÜCK

- ♥ 150 g Butter ♥ 200 g brauner Zucker ♥ 5 TL heller Sirup ♥ Salz
- ♥ 150 g Mehl ♥ 100 g kernige Haferflocken
- ♥ 100 g Kokosraspel ♥ 1 TL Backpulver ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Butter, Zucker, Sirup und 1 Prise Salz mit den Schneebesen des Rührgeräts cremig rühren. Mehl, Haferflocken, Kokosraspel und Backpulver mischen. Zur Butter-Zucker-Creme geben. Mit den Knethaken des Rührgeräts zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

**2** Aus dem Teig mit einem Eiskugelformer (ca. 5 cm Ø) ca. 20 Halbkugeln formen, dabei jeweils den Teig glatt abstreifen. Auf eine Platte setzen und ca. 1½ Stunden einfrieren.

**3** Je ca. 10 Halbkugeln mit Abstand auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 15 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.  
**STÜCK** ca. 180 kcal · E 2 g · F 10 g · KH 20 g



**Einer für alles**  
Mit zarter Karamellnote süßt er mild Desserts & Co.  
Von Grafschafter; 450 g  
ca. 2 €; im Supermarkt



## Kleine Lebkuchenherzen

Diese süßen Kunstwerke sind perfekt zum Verschenken, als Weihnachtsschmuck oder direkt zum Genießen



### ZUTATEN FÜR CA. 100 STÜCK

- ♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 400 g Mehl ♥ 125 g Zucker ♥ 2 TL Lebkuchengewürz
- ♥ 2 TL Kakao ♥ 1 TL Natron ♥ 225 g Zuckerrübensirup ♥ 125 g Butter
- ♥ 125 g Puderzucker ♥ 1-2 EL Zitronensaft ♥ lila und rosa Speisefarbe
- ♥ Zuckerperlen/-sterne zum Verziern ♥ Mehl zum Arbeiten
- ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier ♥ 3 kleine Gefrierbeutel

**1 AM VORTAG** Ei trennen. Eiweiß kalt stellen. Mehl, Zucker, Gewürz, Kakao und Natron mischen. Eigelb, Zuckerrübensirup und Butter in Stückchen zufügen. Mit den Knethaken des Rührgeräts verkneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche mit bemehlten Händen zu einem glatten Teig verarbeiten. In Folie wickeln und ca. 1 Tag kalt stellen.

**2 AM NÄCHSTEN TAG** Teig in vier Portionen teilen und nacheinander auf etwas Mehl ca. 5 mm dick ausrollen. Daraus jeweils unterschiedlich große Herzen (5-7 cm Ø) ausstechen. Herzen auf vier mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen. Teigreste wieder verkneten und ebenso verarbeiten. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) 10-12 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3 FÜR DIE VERZIERUNG** Puderzucker und Zitronensaft verrühren. Guss dritteln. 2 Teile Guss mit Speisefarbe lila und rosa einfärben. Guss jeweils in einen Gefrierbeutel füllen und je eine kleine Ecke abschneiden. Kekse mit Guss verzieren. Mit Zuckerperlen und -sternen etc. verzieren und Guss trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 ½ Std. + Wartezeit ca. 1 Tag  
**STÜCK** ca. 40 kcal · E 1 g · F 1 g · KH 7 g





## Knackige Nussecken



Knusper, knusper, Knäuschen – die Extraportion Nüsse beschert dem Klassiker einen extragroßen Auftritt

### ZUTATEN FÜR CA. 50 STÜCK

- ♥ 300 g Dinkelmehl (Type 630) ♥ 300 g Zucker
- ♥ 2 Päckchen Vanillezucker ♥ 1 TL Backpulver
- ♥ 2 Eier (Gr. M) ♥ 330 g + 150 g Butter
- ♥ 150 g Cashewkerne ♥ 150 g Walnusskerne ♥ 100 g Haselnusskerne
- ♥ 8 EL Honig (z. B. Waldhonig) ♥ 200 g gemahlene Mandeln
- ♥ 150 g Zartbitterschokolade ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Mehl, Zucker, Vanillezucker und Backpulver mischen. Mit Eiern und 330 g Butter in Stückchen glatt verkneten. In Folie gewickelt ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2 FÜR DEN BELAG** Kerne und Nüsse hacken. 150 g Butter schmelzen. Honig und 3 EL Wasser zugeben, aufkochen. Kerne, Nüsse und Mandeln unterrühren. Abkühlen lassen.

**3** Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech (ca. 35x40 cm) ausrollen. Nussmasse darauf verstreichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 30 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**4** Schokolade in Stücke teilen und im heißen Wasserbad schmelzen. Kuchen in ca. 50 Dreiecke schneiden. Nussecken mit Schokolade streifenförmig überziehen, trocknen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std. + Wartezeit ca. 30 Min.  
**STÜCK** ca. 230 kcal · E 4 g · F 16 g · KH 16 g

## Limetten-Kokos-Makronen

An bitterkalten Wintertagen rufen die sonnigen Noten wärmende Erinnerungen an den Sommer wach



### ZUTATEN FÜR CA. 75 STÜCK

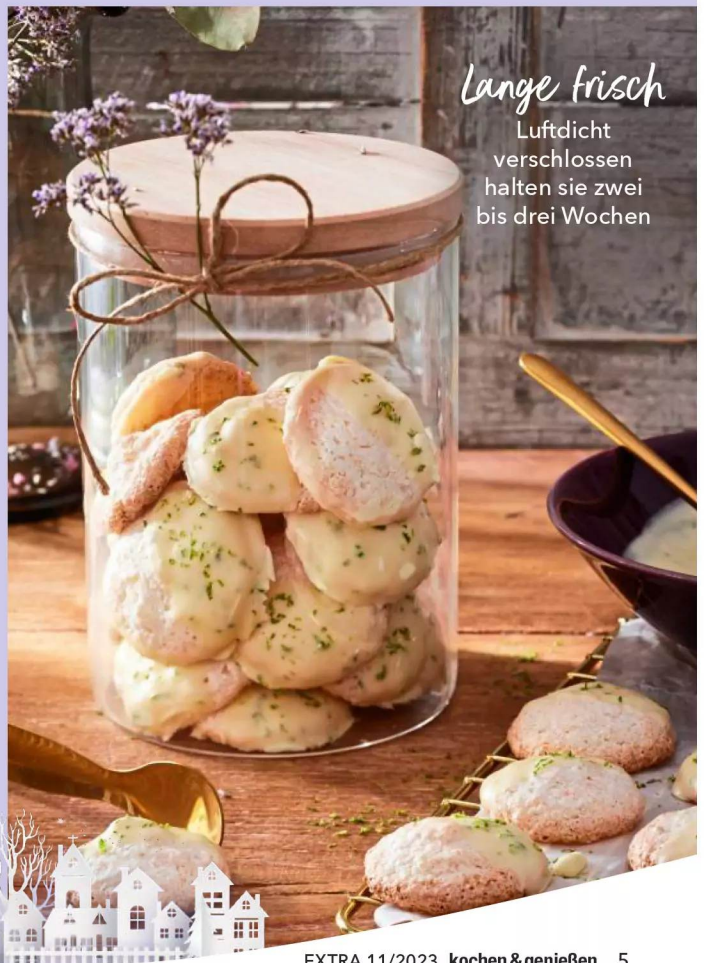
- ♥ 3 Bio-Limetten ♥ 150 g Puderzucker ♥ 3 Eiweiß (Gr. L) ♥ Salz
- ♥ 180 g Kokosraspel ♥ 140 g weiße Kuvertüre
- ♥ 15 g Kokosfett ♥ Backpapier

**1** Limetten waschen, Schale fein abreiben. 1 Limette auspressen. Puderzucker sieben. 2/3 Limettenschale auf einem Teller trocknen lassen (z. B. in der Nachwärme des Ofens). Eiweiß steif schlagen. Puderzucker und 1 Prise Salz dabei einrieseln lassen. So lange schlagen, bis die Masse dickcremig ist. Zum Schluss das übrige Drittel Limettenschale und 3 TL Limettensaft unterschlagen. Kokosraspel unterheben.

**2** Kokosmasse in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle (ca. 1 cm Ø) füllen und ca. 75 Tupfen (à ca. 3 cm Ø) auf drei mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 160°C/Umluft: 140°C) 15–17 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3** Kuvertüre hacken. Mit Kokosfett im heißen Wasserbad schmelzen. 1/3 der getrockneten Limettenschale unterrühren. Makronen zur Hälfte in die Kuvertüre tauchen. Abtropfen lassen, auf Backpapier legen und mit übriger Limettenschale bestreuen. Trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 Std. + Wartezeit ca. 30 Min.  
**STÜCK** ca. 50 kcal · E 1 g · F 3 g · KH 4 g



*Lange frisch*

Luftdicht  
verschlossen  
halten sie zwei  
bis drei Wochen



## Zarte Zimtsterne

Sie gehören zu den Lieblingen in der Weihnachtszeit: Dank des feinen Marzipans verlieben wir uns neu



### ZUTATEN FÜR CA. 40 STÜCK

- ♥ 250 g Marzipanrohmasse ♥ 100 g + 200 g Puderzucker
- ♥ 150 g gemahlene Mandeln (mit Haut) ♥ 10 g Zimt
- ♥ 95 g Eiweiß (von ca. 3 Eiern; Gr. M) ♥ 1 TL Zitronensaft
- ♥ Puderzucker für die Arbeitsfläche und das Förmchen ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Marzipan reiben. 100 g Puderzucker, Mandeln, Zimt und 45 g Eiweiß zufügen. Mit den Knethaken des Rührgeräts verkneten. Teig auf mit Puderzucker bestäubter Arbeitsfläche 4,5–5 mm dick ausrollen. Sterne (ca. 5,5 cm Ø) ausstechen, Förmchen zwischendurch in Puderzucker tauchen. Sterne auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche setzen. Teigreste wieder verkneten und ebenso verarbeiten.

**2 FÜR DEN GUSS** 50 g Eiweiß steif schlagen, 200 g Puderzucker und Zitronensaft nach und nach unterrühren. Sterne dick mit Guss bestreichen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 160°C/Umluft: 140°C) 15–17 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¾ Std.  
**STÜCK** ca. 90 kcal · E 2 g · F 4 g · KH 10 g



### Ohne Haftung

Die Form immer wieder in Puderzucker tauchen, so klebt der Teig nicht.

## Dreierlei Engelsaugen

Bitte zugreifen! Denn alle drei Versionen von schokoladig bis fruchtig wollen probiert werden



### ZUTATEN FÜR CA. 36 STÜCK

- ♥ 200 g weiche Butter ♥ 200 g Zucker ♥ 1 Päckchen Vanillezucker
- ♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 325 g Mehl ♥ 100 g Speisestärke ♥ 1 TL Zimt
- ♥ 2 EL Kakao ♥ 50 g Sauerkirschkonfitüre
- ♥ 50 g Aprikosenkonfitüre ♥ 50 g Pflaumenmus ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Butter, Zucker und Vanillezucker mit den Schneebesen des Rührgeräts cremig rühren. Ei zufügen. Mehl und Stärke mischen, zugeben und alles kurz glatt verkneten. Teig dritteln. Unter ein Teigdrittel Zimt und unter ein weiteres Drittel Kakao kneten. Aus den Teigen jeweils ca. 12 walnussgroße Kugeln formen und auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen.

**2** Mit einem Kochlöffelstiel in die Mitte jeder Kugel vorsichtig eine Mulde drücken. Konfitüren und Pflaumenmus getrennt leicht erwärmen. Beide Konfitüren bzw. Pflaumenmus in je 12 Teigmulden verteilen. Kugeln blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 12 Minuten backen. Engelsaugen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std.  
**STÜCK** ca. 120 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 17 g

## Sicher verpackt

In kleine Pralinenförmchen gesetzt, lassen sich die Kekse prima verpacken





## Pfaffen-Hütchen mit Marzipanherz



Wie ein kostbares Geschenk ist die cremige Ingwerfüllung in den zarten Keksteig gehüllt. Lecker!

### ZUTATEN FÜR CA. 50 STÜCK

- ♥ 2 Eier (Gr. M) ♥ 250 g Mehl ♥ 100 g + 40 g Zucker
- ♥ 1 Päckchen Vanillezucker ♥ 3 EL Rum ♥ 125 g weiche Butter
- ♥ 20 g kandierter Ingwer ♥ 50 g Marzipanrohmasse
- ♥ 60 g gemahlene Mandeln ♥ 1 EL Milch ♥ 75 g Quittengelee
- ♥ 4 EL gehackte Pistazienkerne ♥ Mehl für die Arbeitsfläche
- ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier



**1 FÜR DEN TEIG** 1 Ei trennen. Mehl, 100 g Zucker, Vanillezucker, Eigelb, Rum und Butter zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Ingwer fein hacken. Mit Eiweiß, Marzipan, Mandeln und 40 g Zucker verkneten. Teig auf wenig Mehl ca. 3 mm dick ausrollen und ca. 50 Kreise (ca. 5,5 cm Ø) ausstechen. 1 Ei trennen. Teigkreise mit Eiweiß bepinseln, je ¼ TL Füllung daraufsetzen. Rand von drei Seiten hochklappen, andrücken. Auf zwei mit Backpapier belegte Bleche setzen. Eigelb und Milch verquirlen. Hütchen damit bepinseln. Blechweise im heißen Ofen (E-Herd: 200°C/ Umluft: 180°C) ca. 10 Minuten backen. Abkühlen lassen. Gelee erwärmen, Hütchen bepinseln. Mit Pistazien bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. + Wartezeit ca. 1 Std.  
**STÜCK** ca. 70 kcal · E 1 g · F 4 g · KH 8 g

## Italienische Tiramisu-Herzen

Sie möchten Ihren Besuch mit etwas Besonderem überraschen? Servieren Sie den Nachtschisch in süßer Keksform



### ZUTATEN FÜR CA. 20 STÜCK

- ♥ 60 g feiner Rohrzucker ♥ 70 g gemahlene Mandeln (ohne Haut)
- ♥ 200 g Dinkelmehl (Type 630) ♥ 1 TL Weinsteinbackpulver
- ♥ 3 TL Instant-Kaffeepulver ♥ 140 g kalte + 80 g weiche Butter
- ♥ 1 Eigelb (Gr. M) ♥ 5 Tropfen Bittermandel-Aroma
- ♥ 80 g Mascarpone ♥ 2 EL Puderzucker ♥ 1 EL Amaretto (Mandellikör)
- ♥ Kakao zum Bestäuben ♥ Mehl für die Arbeitsfläche ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Rohrzucker, Mandeln, Mehl, Backpulver und Kaffeepulver in einer Schüssel mischen. 140 g kalte Butter in Stückchen, Eigelb und Bittermandel-Aroma zugeben. Alles mit den Händen rasch zu einem glatten Teig verkneten. Teig zugedeckt mindestens 30 Minuten kalt stellen.

**2** Teig auf Mehl ca. 3 mm dick ausrollen. Herzen (ca. 6 cm Ø) ausstechen, auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Blechweise im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 180°C/ Umluft: 160°C) 10–12 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3 FÜR DIE FÜLLUNG** 80 g weiche Butter und Mascarpone cremig rühren. Puderzucker und Amaretto unterrühren. Creme auf die Hälfte der Herzen verteilen. Jeweils ein zweites Herz daraufsetzen. Mit Kakao bestäuben.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.  
**STÜCK** ca. 180 kcal · E 3 g · F 13 g · KH 12 g

## Dessert-Happen

Die Herzen schmecken am besten frisch. Sie können in einer Plastikbox eingefroren werden. Einen Tag vorm Genießen auftauen



## Shortbread mit Schokostreifen

10

Diese Leckerei ist schnell zubereitet – dank der Veredelung mit Schokolade aber auch genauso schnell verputzt

### ZUTATEN FÜR CA. 60 STÜCK

- ♥ 350 g weiche Butter ♥ 125 g Zucker ♥ Salz ♥ 450 g Mehl
- ♥ ½ TL abgeriebene Bio-Orangenschale ♥ 50 g Zartbitterkuvertüre
- ♥ Mehl für die Arbeitsfläche ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Butter, Zucker und 1 Prise Salz cremig rühren. Mehl und Orangenschale zugeben und alles mit den Knethaken des Rührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie gewickelt ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2** Teig auf wenig Mehl 6–8 mm dick ausrollen, in Streifen (ca. 7x2 cm) schneiden. Auf ca. drei mit Backpapier ausgelegte Backbleche verteilen. Mit einem Holzstäbchen Löcher in die Kekse stechen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 15 Minuten backen. Auskühlen lassen. Kuvertüre hacken, über dem heißen Wasserbad schmelzen. Kekse mit Kuvertüre verzieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. + **Wartezeit** ca. 45 Min.

**STÜCK** ca. 80 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 8 g

## Polos mit Nugatfüllung

Naschkatzen mit Schokoladenhunger, aufgepasst: Hinter diesem Türchen gibt's Schoki noch und nöcher



### ZUTATEN FÜR CA. 35 STÜCK

- ♥ 180 g + 60 g weiche Butter ♥ 80 g Puderzucker ♥ Salz
- ♥ 1 Ei + 1 Eigelb (Gr. M) ♥ 180 g Mehl ♥ 25 g Kakao
- ♥ 1 gestrichener TL Backpulver ♥ 40 g gehackte Haselnüsse
- ♥ 150 g weicher Nussnugat (schnittfeste Masse)
- ♥ 2-3 Tropfen Rum-Aroma ♥ 150-200 g Zartbitterkuvertüre
- ♥ 1-2 EL Schokostreusel ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** 180 g Butter, Puderzucker und 1 Prise Salz cremig rühren. Ei und Eigelb einzeln unterrühren. Mehl, Kakao und Backpulver mischen und unterrühren. Teig in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle (ca. 1,2 cm Ø) füllen und ca. 70 Tupfen (à ca. 2 cm Ø) auf drei mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) 8–9 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Haselnüsse rösten, abkühlen lassen. 60 g Butter und Nugatmasse cremig aufschlagen. Rum-Aroma und Nüsse unterrühren. Creme in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle (ca. 1,2 cm Ø) füllen. Auf die Hälfte der Kekse je 1 Klecks Nugatmasse spritzen. Restliche Kekse dagegensetzen. Polos ca. 30 Minuten kalt stellen.

**3 FÜR DIE VERZIERUNG** Kuvertüre grob hacken und im heißen Wasserbad schmelzen. Neros bis zur Hälfte eintauchen, auf Backpapier legen und auf der Schokoseite mit Schokostreuseln bestreuen. Trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std. + **Wartezeit** ca. 1 ½ Std.

**STÜCK** ca. 150 kcal · E 2 g · F 10 g · KH 11 g

## Polo oder Nero?

Beides bezeichnet das gleiche Gebäck – Polos sind rund, Neros länglich



## Vanille-Kipferl mit Anis



Der erste Biss in die mürben Kipferl offenbart ihr kleines Geheimnis: würzige Lakritznancen von Anis

### ZUTATEN FÜR CA. 50 STÜCK

- ♥ 230 g Mehl ♥ 100 g gemahlene Mandeln (ohne Haut)
- ♥ 70 g Zucker ♥ 3 Päckchen Vanillezucker ♥ 2 TL gemahlener Anis
- ♥ 200 g kalte Butter ♥ 100 g Puderzucker ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier

**1** Mehl, Mandeln, Zucker, 2 Päckchen Vanillezucker, Anis und Butter in Stückchen zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2** Teig zu Rollen (à ca. 3 cm Ø) formen. Rollen in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden, zu Kipferln formen und auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 15 Minuten backen.

**3** Puderzucker und 1 Päckchen Vanillezucker mischen. Kipferl samt Backpapier vom Blech ziehen und 1–2 Minuten abkühlen lassen. Dann vorsichtig in der Zuckermischung wälzen und auskühlen lassen. Vanille-Kipferl nochmals mit restlicher Zuckermischung bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min. +

**Wartezeit** ca. 1 Std.

**STÜCK** ca. 70 kcal · E 1 g · F 4 g · KH 7 g



### Mit Gefühl

Kipferl vorsichtig im Zuckermix wenden, damit sie nicht brechen.

### Keine Verwandten

Anis und Sternanis werden oft verwechselt, jedoch ist Anis subtiler süßlich-herb



## Mandelkonfekt „Hab' dich lieb“

Die wohl süßeste Idee, wenn Sie für Ihre Liebsten eine kleine Advents-Überraschung zaubern möchten

### ZUTATEN FÜR CA. 20 STÜCK

- ♥ 100 g Mandelstifte ♥ 80 g Zitronat
- ♥ 200 g weiße Kuvertüre ♥ gemahlene Kurkuma
- ♥ 1 Döschen (0,1 g) gemahlener Safran
- ♥ abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- ♥ Mini-Herz-Silikonform oder Silikon-Eiswürfelform ♥ Backpapier

**1** Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Zitronat fein hacken.

**2** Kuvertüre hacken und über dem heißen Wasserbad schmelzen. Sobald die Kuvertüre flüssig ist, 4 Messerspitzen Kurkuma und Safran unterrühren. Mandeln, Zitronat und Zitronenschale in die Kuvertüre rühren.

**3** Masse in die Mulden einer Mini-Herz-Silikonform oder Silikon-Eiswürfelform füllen. Konfektmasse mit dem Löffel fest in die Form drücken und Oberfläche glatt streichen. Alternativ kleine Häufchen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Brett setzen. Anschließend ca. 2 Stunden kalt stellen und fest werden lassen. Konfekt vorsichtig aus der Form lösen. In einer geschlossenen Dose, kühl und dunkel aufbewahrt, hält sich das Konfekt ca. 3 Wochen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min. + **Wartezeit** ca. 2 Std.

**STÜCK** ca. 100 kcal · E 2 g · F 6 g · KH 9 g



### Herzerfrischend

Silikonform für Konfektkreationen zum Dahinschmelzen. Von RBV Birkmann; 2er-Set für 30 Herzen; ca. 16 €; im Fachhandel

# Butterzart & herrlich mürb

In vielfältigen Formen, mit Schoki oder Frucht beehrt uns Spritzgebäck auf dem Keksteller

## Orangenbäumchen

Zwischen den süßen Tannenspitzen tummeln sich hier und da belebende, zitrusfrische Orangennoten



### ZUTATEN FÜR CA. 30 STÜCK

♥ 1 Bio-Orange ♥ 175 g weiche Butter ♥ 100 g + 150 g Puderzucker  
♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 250 g Mehl ♥ 1-2 EL Zucker ♥ Backpapier

1 Orange waschen und die Schale dünn abreiben.

2 FÜR DEN TEIG Butter, 100 g Puderzucker und Hälfte Orangenschale cremig rühren. Zunächst Ei, dann Mehl einrühren. Teig in einen Spritzbeutel mit kleiner Sternfülle füllen. Je ca. 15 kleine Tannenbäumchen auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Teigbäumchen ca. 1 Stunde kalt stellen.

3 FÜR DAS TOPPING Zucker und übrige Orangenschale mischen und trocknen lassen.

4 Bäumchen blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) 8-10 Minuten backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

5 FÜR DEN GUSS Orange auspressen. 150 g Puderzucker sieben. Mit ca. 2 EL Orangensaft zu einem dünnen Guss verrühren. Bäumchen zunächst dünn mit Guss bestreichen, dann mit Orangenzucker bestreuen. Guss trocknen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 45 Min. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.

STÜCK ca. 100 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 13 g



### Saubere Sache

Damit Sie beide Hände zum Teigeinfüllen frei haben, den Spritzbeutel in einen Messbecher stellen und die Seiten umklappen.

### Perfekt in Form

Damit Spritzgebäck beim Backen nicht auseinanderläuft, Teig auf gekühlte Bleche (z.B. Gefriertruhe oder kalter Balkon) spritzen. Dann an kühlem Ort ca. 1 Stunde ruhen lassen.

## Fruchtige Mohn-Himbeer-Tupfen

Nanu, was versteckt sich denn da im soften Teig? Aromatischer Mohn, getoppt von beerigem Gelee



### ZUTATEN FÜR CA. 55 STÜCK

- ♥ 200 g weiche Butter ♥ 75 g Puderzucker ♥ 1 Ei (Gr. M)
- ♥ 80 g backfertige Mohnfüllung ♥ 250 g Mehl
- ♥ 125 g rotes Himbeergelee ♥ Backpapier

1 Butter und Puderzucker cremig rühren. Ei und Mohnfüllung einrühren. Mehl langsam unterrühren.

2 Teig in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen. Kleine Tupfen auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Teigtupfen ca. 1 Stunde kalt stellen.

3 Tupfen blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) 8–10 Minuten backen. Tupfen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

4 Gelee erhitzen und zunächst 1–2 Minuten köcheln. Gelee dann etwas abkühlen lassen. Jeweils etwas Gelee in die Mitte der Tupfen geben und trocknen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 45 Min. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.  
STÜCK ca. 60 kcal · E 1 g · F 3 g · KH 7 g

## Schoko-Nuss-Kringel

Die heimlichen Stars der dunklen Ringe: cremige Macadamias, die Teig und Topping zugleich veredeln



### ZUTATEN FÜR CA. 45 STÜCK

- ♥ 50 g + 25 g Macadamianüsse ♥ 100 g + 130 g Mehl
- ♥ 200 g weiche Butter ♥ 100 g Puderzucker ♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 2 EL Kakao
- ♥ 150 g Zartbitterschokolade ♥ Backpapier

1 FÜR DEN TEIG 50 g Nüsse grob hacken. Gehackte Nüsse und 100 g Mehl in einem Universalzerkleinerer fein mahlen. Butter und Puderzucker cremig rühren. Ei einrühren. Macadamia-Mehl, 130 g Mehl und Kakao mischen und langsam unter die Mehl-Butter-Masse rühren.

2 Teig in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und kleine Kringel (4–5 cm Ø) auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche spritzen. Kringel ca. 1 Stunde kalt stellen.

3 Kringel blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) 8–10 Minuten backen. Kringel auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

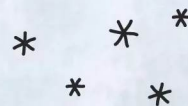
4 FÜR DIE GLASUR Schokolade in Stücke teilen und im heißen Wasserbad schmelzen. Schoko-Nuss-Kringel zur Hälfte in die Schokolade tauchen und überschüssige Schokolade abstreichen. Kringel auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen.

5 25 g Nüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten, herausnehmen. Kringel mit den gerösteten Nüssen bestreuen. Schokolade trocknen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 50 Min. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.  
STÜCK ca. 90 kcal · E 1 g · F 6 g · KH 7 g

# Oh, wie raffiniert

Ganz besondere Zutaten machen diese feinen Plätzchen zu den großen Stars der Adventszeit



17

## Schokosterne mit rosa Beeren

Pfeffrige Beeren auf Schokokeks – die Sterne machen optisch und geschmacklich ordentlich was her

### ZUTATEN FÜR CA. 45 STÜCK

- ♥ 125 g + 200 g Puderzucker
- ♥ 1 Eiweiß (Gr. M)
- ♥ 75 g Zartbitterschokolade
- ♥ je 125 g gemahlene Haselnüsse und Mandeln ♥ 1 Päckchen Vanillezucker
- ♥ 2 EL Honig ♥ 4 EL Cranberrynektar
- ♥ rosa Beeren (pfefferähnliches Gewürz)
- ♥ Puderzucker für die Arbeitsfläche
- ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Puderzucker sieben. Eiweiß steif schlagen, 125 g Puderzucker dabei esslöffelweise einrieseln lassen. Masse dickcremig aufschlagen. Schokolade in Stücke teilen, schmelzen. Mit Nüssen, Mandeln, Vanillezucker und Honig unter den Eischnee kneten.

**2** Teig auf einer mit Puderzucker bestäubten Arbeitsfläche ca. 5 mm dick ausrollen. Insgesamt ca. 45 Sterne (ca. 5 cm Ø) ausstechen. Auf 2 mit Backpapier ausgelegte Bleche verteilen. Blechweise im heißen Ofen (E-Herd: 160°C/ Umluft: 140°C) 12–15 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3 FÜR DIE GLASUR** 200 g Puderzucker und Nektar glatt rühren. Auf die Sterne streichen. Mit rosa Beeren bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std. +  
**Wartezeit** ca. 30 Min.  
**STÜCK** ca. 80 kcal · E 1 g · F 4 g · KH 9 g

### Perfekte Tarnung

Die kleinen Körner sehen zwar aus wie Pfeffer, sind aber Beeren, die statt scharf eher würzig-süß schmecken.





## Lemon-Curd-Bäumchen

Dieser Wald birgt süße Geheimnisse: Denn die Bäumchen wurden mit Mohn verfeinert und fruchtig gefüllt



### ZUTATEN FÜR CA. 30 STÜCK

- ♥ 1 Stück (ca. 2 cm) Ingwer ♥ 1 Ei (Gr. S) ♥ 250 g Mehl
- ♥ 80 g + 2 EL Puderzucker ♥ 1 TL Mohn ♥ Salz ♥ 150 g Butter
- ♥ 1 Glas Lemon Curd (320 g) ♥ Mehl zum Ausrollen
- ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier ♥ 1 Einwegspritzbeutel

**1 FÜR DEN TEIG** Ingwer schälen und fein reiben. Ei trennen. Mehl, 80 g Puderzucker, Mohn und 1 Prise Salz mischen. Eigelb, Butter in Stückchen und Ingwer zufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig zu einer Kugel formen, in Folie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Lemon Curd unter Rühren aufkochen, 5–8 Minuten köcheln. Abkühlen lassen. Teig auf wenig Mehl ca. 3 mm dick ausrollen. Dreiecke (ca. 3x6x6 cm) ausschneiden. Auf mit Backpapier ausgelegtes Backbleche legen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/ Umluft: 160°C) ca. 7 Minuten backen. Auskühlen lassen. \*

**3** Lemon Curd glatt rühren. In einen Einmalspritzbeutel füllen. Je einen Klecks Lemon Curd auf die Unterseite von der Hälfte der Plätzchen spritzen. Je ein Plätzchen daraufsetzen. Bäumchenspitzen mit 2 EL Puderzucker bestäuben. \*

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Min. + Wartezeit ca. 1 Std.  
**STÜCK** ca. 110 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 16 g

## Orangenhappen mit Cointreau

Hier hat sich zwischen zwei saftigen Plätzchenhälften ein fruchtiger Schwips versteckt. Zum Wohle!



### ZUTATEN FÜR CA. 25 STÜCK

- ♥ 250 g Butter ♥ 200 g Puderzucker ♥ 1 Päckchen Vanillezucker
- ♥ 3 Eier (Gr. M) ♥ 300 g Mehl ♥ Saft und abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange ♥ 1 Glas (340 g) Orangenmarmelade
- ♥ 1 EL Orangenlikör (z. B. Cointreau) ♥ ca. 50 g Zartbitterschokolade
- ♥ ca. 25 Pistazien zum Verziern ♥ Backpapier ♥ Gefrierbeutel

**1** Butter, Puderzucker und Vanillezucker cremig rühren. Eier einzeln unterrühren. Mehl kurz unterrühren. Zum Schluss Orangensaft und -schale unterrühren. Teig in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen. Teig als Kreise (ca. 1 cm Ø) mit Abstand auf 2 mit Backpapier ausgelegte Bleche spritzen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/ Umluft: 180°C) 5–7 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**2** Marmelade und Likör aufkochen und durch ein Sieb streichen. Hälfte Plätzchen von der Unterseite mit je knapp 1 TL Marmelade bestreichen. Rest Kekse daraufsetzen. Schokolade in Stücke teilen, schmelzen und in einen Gefrierbeutel füllen. Eine Ecke abschneiden. Schokolade als Spirale auf die Kekse spritzen. Mit je 1 Pistazie verzieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std. + Wartezeit ca. 1 Std.  
**STÜCK** ca. 180 kcal · E 3 g · F 10 g · KH 19 g

## Samtig mild

Orangenmarmelade ist Ihnen oft zu herb? Ersetzen Sie sie durch ca. 200 g Aprikosenkonfitüre





### Blütenzauber

Als Deko oder für Teemischungen: getrocknete Kornblume. Von Mary Rose; 10 g ca. 2,50 €; z. B. über [matemundo.de](http://matemundo.de)

## Blaue Monde mit Kornblumen



Schließen Sie Ihre Augen beim Biss in die Monde und träumen Sie sich weg auf ein blühendes Blumenfeld

### ZUTATEN FÜR CA. 50 STÜCK

- ♥ 75 g Marzipanrohmasse ♥ 1 Ei (Gr. M)
- ♥ 200 g Dinkelmehl (Type 630) ♥ 150 g kalte Butter ♥ 40 g Zucker
- ♥ 1 Päckchen Vanillezucker ♥ Salz
- ♥ abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone ♥ 3 EL Puderzucker
- ♥ 3 EL getrocknete Kornblumenblüten (siehe links)
- ♥ Mehl für die Arbeitsfläche ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier

**1 FÜR DEN TEIG** Marzipan ca. 15 Minuten einfrieren. Ei trennen. Eiweiß kalt stellen. Marzipan fein raspeln. Mit Mehl, Butter in Stückchen, Zucker, Vanillezucker, Eigelb, 1 Prise Salz und Zitronenschale zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2** Teig portionsweise auf bemehlter Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen. Mit einem Ausstecher (ca. 4 cm Ø) Monde ausstechen. Auf mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/ Umluft: 160°C) ca. 7 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3 FÜR DEN GUSS** Eiweiß und Puderzucker weißschäumig aufschlagen. Monde mit dem Guss bestreichen und sofort mit Kornblumenblüten bestreuen. Guss trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. + Wartezeit ca. 13 Std.  
**STÜCK** ca. 50 kcal · E 1 g · F 3 g · KH 5 g

## Safran-Knusper-Plätzchen

Während Safran goldene Farbe spendet, schenken Koriander, Piment und Zimt intensiv würzige Aromen



### ZUTATEN FÜR CA. 36 STÜCK

- ♥ 1 Dose (0,1 g) Safranfäden ♥ 1 EL + 90 g brauner Zucker
- ♥ ½ Vanilleschote ♥ 120 g weiche Butter ♥ ½ TL Zimt
- ♥ 2 Msp. gemahlene Nelken ♥ 2 Msp. gemahlener Koriander
- ♥ 2 Msp. gemahlener Piment ♥ 120 g gehackte Mandeln
- ♥ 100 g Mehl ♥ Backpapier

**1** Safranfäden und 1 EL braunen Zucker im Mörser fein zermahlen. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Butter, 90 g braunen Zucker, Safranzucker, Gewürze und Vanillemark mit den Schneebecken des Rührgeräts cremig rühren. Zum Schluss Mandeln und Mehl kurz unter die Masse rühren.

**2** Jeweils ca. 12 haselnussgroße Teighäufchen mit etwas Abstand auf 3 mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben. Teighäufchen etwas flach drücken. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/ Umluft: 160°C) 8–10 Minuten goldbraun backen. Plätzchen aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 40 Min.  
**STÜCK** ca. 60 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 5 g



## Zeit für Neues

Gönnen Sie sich dieses Jahr neue Weihnachtsgewürze, denn das Aroma verfliegt bereits nach ca. 6 Monaten





## Bärentatzen mit Matcha-Pulver



Welche Bärenart sich hinter den Pfötchen verbirgt, wissen wir nicht, aber wir haben sie zum Fressen gern

ZUTATEN FÜR CA. 48 STÜCK

- ♥ 90 g Butter ♥ 45 g Mehl ♥ 4 TL Matcha-Teepulver
- ♥ ¼ TL Weinsteinbackpulver ♥ 80 g + 100 g Puderzucker
- ♥ 2 Päckchen Vanillezucker ♥ 60 g gemahlene Mandeln ohne Haut
- ♥ Salz ♥ 4 Eiweiß (Gr. M) ♥ 3 EL Zitronensaft ♥ 2 EL Pistazien
- ♥ Fett für die Form ♥ 1 Silikon-Mini-Madeleine- bzw. Bärentatzenform

**1 FÜR DEN TEIG** Butter schmelzen. Mehl, Matcha-Teepulver, Backpulver, 80 g Puderzucker, Vanillezucker, Mandeln und 1 Prise Salz mischen. Eiweiß und flüssige Butter mit dem Schneebesen unterrühren.

**2** Jeweils 1 TL Masse in die gefetteten Mulden der Mini-Madeleine- bzw. Bärentatzenform füllen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 10 Minuten backen. Ca. 5 Minuten abkühlen lassen, dann vorsichtig aus der Form lösen. Auf einem Gitter auskühlen lassen. Auf diese Weise aus übrigem Teig weitere Bärentatzen backen. \*

**3 FÜR DEN GUSS** 100 g Puderzucker und Zitronensaft glatt rühren. Pistazien längs in Stifte schneiden. Tatzen mit Guss bestreichen. Mit Pistazien verzieren und trocknen lassen. \*

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 45 Min.

STÜCK ca. 50 kcal · E 1 g · F 3 g · KH 5 g

## Yuzu-Zitronen-Schnitten

Könnte man Sonnenschein essen, würde er genau so schmecken: süß, sauer und himmlisch fruchtig!



ZUTATEN FÜR CA. 60 STÜCK

- ♥ 150 g + 40 g Mehl ♥ 40 g + 200 g Zucker
- ♥ 1 Päckchen Vanillezucker ♥ 100 g Butter
- ♥ 2 Eier (Gr. M) ♥ abgeriebene Schale von 1 Bio-Zitrone
- ♥ 4 EL Yuzu-Saft (alternativ Zitronensaft) ♥ Salz
- ♥ ½ TL Weinsteinbackpulver ♥ Mehl für die Arbeitsfläche
- ♥ Fett für die Form ♥ Frischhaltefolie

**1** 150 g Mehl, 40 g Zucker, Vanillezucker und Butter in Stückchen verkneten. Teig in Folie ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2** Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche quadratisch (ca. 24 cm) ausrollen. Teig in eine gefettete quadratische Springform (ca. 24 cm) legen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 160°C/Umluft: 140°C) ca. 10 Minuten vorbacken. Abkühlen lassen.

**3** Eier, Zitronenschale, Yuzu-Saft, 1 Prise Salz und 200 g Zucker schaumig aufschlagen. 40 g Mehl und Backpulver unterrühren. Creme auf dem Boden verteilen. Im Ofen bei gleicher Temperatur 20–25 Minuten backen. Auskühlen lassen und in Stücke schneiden.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 1 Std. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.

STÜCK ca. 40 kcal · E 1 g · F 2 g · KH 6 g



### Kostbare Erfrischung

Koreanischer Yuzu-Direktsaft schmeckt zitröner als jede Zitrone.

Von Korean Yuzu; 200 ml ca. 24 €; über amazon.de



# Der große Plätzchen-Adventskalender

MIT 24 REZEPTEN

## Nun schmücken wir den Baum!

Einfach zum Anbeißen, diese süßen Christbaumkugeln



### Espresso-Plätzchen zum Aufhängen

ZUTATEN FÜR CA. 36 STÜCK

- ♥ 300 g Mehl ♥ 1-2 TL lösliches Espressopulver
- ♥ 100 g Zucker ♥ 200 g Butter
- ♥ 1 Ei + 1 Eiweiß (Gr. M)
- ♥ 375 g Puderzucker ♥ 2-3 TL Zitronensaft
- ♥ rote, grüne und blaue Speisefarbe
- ♥ Zuckerperlen und bunter Zucker zum Verzieren ♥ Mehl für die Arbeitsfläche
- ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier
- ♥ Einmalspritzbeutel

**1 FÜR DIE PLÄTZCHEN** Mehl, Espressopulver, Zucker, Butter in Stückchen und Ei erst mit den Knethaken des Rührgeräts, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Teig in Folie gewickelt ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2** Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 3-4 mm dünn ausrollen. Mit Baumschmuck-Ausstechern (ca. 13 cm Höhe) Plätzchen ausstechen. Mit einer Lochtülle Löcher zum Aufhängen ausstechen. Plätzchen auf 4 mit Backpapier ausgelegte Backbleche legen. Blechweise im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 10 Minuten backen. Auskühlen lassen.

**3 FÜR DEN GUSS** Puderzucker, Eiweiß und Zitronensaft glatt rühren. Zuckerguss vierteln und je ¼ mit Speisefarbe rosa, grün und blau (eventuell in zwei Schüsseln hell- und dunkelblau) einfärben. ¼ Guss weiß lassen. Weißen Guss in einen Spritzbeutel füllen. Plätzchen mit buntem Zuckerguss bepinseln und trocknen lassen. Von dem Spritzbeutel eine ganz kleine Spitze abschneiden. Plätzchen mit Guss, Perlen und Zucker verzieren und trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 ½ Std. +

**Wartezeit** ca. 1 Std.

**STÜCK** ca. 130 kcal · E 1 g · F 5 g · KH 19 g

### Echte Unikate

Mit unterschiedlichen Geschenkbändern verleihen Sie den knusprigen Anhängern den letzten Feinschliff



**Keks-Ausstecher** in Baumschmuck-Form (13 cm). Von Städter; Stück ca. 3,50 €; über [tortenzauber.de](http://tortenzauber.de)

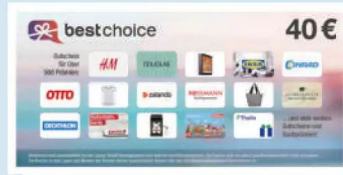
**Softe Silberperlen** sorgen für einen Glanzmoment. Von Pickerd; 100 g ca. 2,30 €; im Supermarkt

# Schnell sein lohnt sich!

Jetzt kochen & genießen empfehlen und 10€ mehr sichern!



Es gelten Einschränkungen. Die vollständigen Geschäftsbedingungen finden Sie auf [amazon.de/gc-legal](https://amazon.de/gc-legal). Der Gutschein wird per E-Mail versandt. Bitte geben Sie im Coupon Ihre E-Mail-Adresse an.



Der Gutschein wird per E-Mail versandt. Bitte geben Sie im Coupon Ihre E-Mail-Adresse an.

Jetzt  
**10€**  
mehr!

**40€ Gutschein bzw. 35€ Barprämie bis zum 26.11.2023**  
30€ Gutschein bzw. 25€ Barprämie ab dem 27.11.2023

## Vorteile für den Werber:

- ♥ Tolle Prämie zur Wahl!
- ♥ Sie brauchen selbst kein Abonnent sein!
- ♥ Sie können auch innerhalb Ihrer Familie werben!

## Ihre Abo-Vorteile:

- ♥ 2 Hefte gratis bei Bankeinzug!
- ♥ Im 1. Jahr portofrei!
- ♥ Bequem direkt zu Ihnen nach Hause!



## SNHELL BESTELLEN!



**01806/00 52 80**

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



**040/30 19 81 12**

Den Coupon ganz einfach per Fax versenden.



**Bauer Vertriebs KG**  
**kochen & genießen**  
**Brieffach 14305**  
**20086 Hamburg**

Ganz einfach: Coupon bitte vollständig ausfüllen, unterschreiben und gleich abschicken.



**[www.kochen-und-geniesen.de/countdown](http://www.kochen-und-geniesen.de/countdown)**

Hier bequem online bestellen.



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

Informationen zu unseren Auslandsangeboten.



QR-Code scannen  
und schnell bestellen!

**Informationen zu Ihrem Abonnement:** Ihr Vertragspartner wird die Bauer Vertriebs KG, Meßberg 1, 20078 Hamburg. Sie müssen nicht selbst Abonnent sein, um mitzumachen. Neuer Abonnent und Prämienempfänger dürfen nicht identisch sein. Die Bauer Vertriebs KG behält sich vor, geworbene Abonnements zurückzuweisen und die Prämie oder anteilige Prämienwerte von Ihnen zurückzufordern (z. B. aufgrund von Mehrfachwerbung, vorzeitiger Vertragsbeendigung, Zahlungsverweigerung, Zahlungsverzug). Die Prämienangebote gelten nur, solange der Vorrat reicht. Der Verlag behält sich ansonsten vor, angemessene Ersatzartikel zu liefern. Einzelheiten zu Ihrem Widerrufsrecht, AGB, Datenschutz und weitere Informationen unter: [www.bauer-plus.de/agb](http://www.bauer-plus.de/agb) oder telefonisch unter 0800/6647772 (kostenfrei).

## PRÄMIE FÜR DEN WERBER

JA! Ich bin der Werber und habe einen neuen Abonnenten gewonnen.

Als Prämie erhalte ich: (bitte nur ein Kreuz setzen)

028 02 02247685  
KUG #11/23 - 6680

- (1) ☐ 35 € Barprämie
- (2) ☐ 40 € REWE Gutschein
- (3) ☐ 40 € Amazon.de Gutschein
- (4) ☐ 40 € BestChoice Gutschein
- (5) ☐ 40 € Aral SuperCard
- (6) ☐ 40 € Rossmann Gutschein

Der Versand erfolgt, sobald der Abonnent seine Bezugsgebühr gezahlt hat.

Name	
Vorname	
Geburtsdatum	
Straße, Hausnr.	
PLZ, Ort	
E-Mail	(für evtl. Rückfragen)
Telefon	

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass die Bauer Media Group mich per Telefon über interessante Angebote zu Medienprodukten informiert. Meine Einwilligung ist jederzeit durch Mitteilung an die Bauer Vertriebs KG (an Adresse Bauer Vertriebs KG, Brieffach 14550, 20078 Hamburg oder per E-Mail an [widerrufwerbung@bauermedia.com](mailto:widerrufwerbung@bauermedia.com)) widerrufbar.

Bitte hier Ihre Bankverbindung für die Barprämie eintragen:

IBAN	Bankleitzahl	Kontonummer
Kontoinhaber (Name, Vorname)		

## NEUER ABONNENT

JA! Ich bin der neue Abonnent von kochen & genießen.

Ja, ich möchte **kochen & genießen** für mind. 1 Jahr von der Bauer Vertriebs KG, Meßberg 1, 20078 Hamburg, beziehen. Danach lese ich nur, solange ich möchte, und kann jederzeit zum nächsterreichbaren Heft kündigen. Ich erhalte **kochen & genießen** jeden Monat zum gleichen Preis wie am Kiosk, zzt. für nur 3,99 € pro Heft, direkt ins Haus geliefert. Die Zustellung erfolgt im 1. Vertragsjahr kostenlos, denn das Porto übernimmt der Verlag für mich! Danach wird pro Heft eine Zustellgebühr von nur 0,40 € erhoben. Ich darf mich in ca. 4 bis 6 Wochen auf mein erstes Heft freuen. Das Angebot gilt nur in Deutschland und solange der Vorrat reicht. Preise inkl. MwSt.

Name	
Vorname	Geburtsdatum
Straße, Hausnr.	
PLZ, Ort	
E-Mail	(für Kundenkorrespondenz)
Telefon	

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass die Bauer Media Group mich per Telefon über interessante Angebote zu Medienprodukten informiert. Meine Einwilligung ist jederzeit durch Mitteilung an die Bauer Vertriebs KG (an Adresse Bauer Vertriebs KG, Brieffach 14550, 20078 Hamburg oder per E-Mail an [widerrufwerbung@bauermedia.com](mailto:widerrufwerbung@bauermedia.com)) widerrufbar.

Ja, ich zahle jährlich per Bankeinzug. Dafür erhalte ich 2 Hefte gratis zusätzlich im Anschluss an den Zahlungsrhythmus.

IBAN	Bankleitzahl	Kontonummer
Kontoinhaber (Name, Vorname)		
Ich ermächtige die Bauer Vertriebs KG, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die Lastschriften einzulösen. Es gelten die Bedingungen meines Kreditinstitutes. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.		
Datum, Unterschrift		

Gläubiger-ID: DE92ZZ00000518718

# Küchennotizen

## Eine Frage an den Plätzchenprofi

YVONNE WILLICKS

Die staatlich geprüfte Hauswirtschaftsmeisterin und Moderatorin im WDR kennt die besten Tricks für ein sparsames und nachhaltiges Haushaltsmanagement

### Gibt es einen Weg, Plätzchen umweltbewusst und kostensparend zu backen?

Den gibt es – mit einer guten Planung. Beginnen Sie mit Plätzchen, die bei niedrigen Temperaturen gebacken werden, wie etwa Makronen, und dann geht's weiter mit denen, die mehr Hitze benötigen. Das erspart das Vorheizen. Was auch Strom spart: Plätzchen bei Umluft backen. Dadurch kann die Hitze reduziert werden, und es können mehrere Bleche auf einmal gebacken werden. Das verbraucht rund 15 Prozent weniger Energie als Ober- und Unterhitze. Zudem nutze ich die Restwärme des Ofens, indem ich darin Baiser trockne oder mit nur wenig Spülmittel meinen Ofen reinige. Auch die Wahl des Backpapiers spielt eine Rolle für die Umwelt. Ressourcensparend sind vor allem hochwertiges Markenbackpapier sowie Dauerbackfolie – beide können häufiger verwendet werden. Mehr unter [yvonnewillicks.de](https://yvonnewillicks.de)

In ihrer Sendung „Der Haushalts-Check“ im WDR nimmt sie Verbrauchertemen genauer unter die Lupe

DAS FINDEN WIR JETZT SPANNEND



Deko-Tipp



## Winterzauber

Entdeckt und eingesammelt: Die schönste Deko schenkt die Natur

Der prachtvolle Blumenstrauß besteht aus leuchtenden **Lampionblumen**, gespickt mit **Fetthenne**, strahlenden **Chrysanthemen** und **Vogelbeeren**. Absoluter Wow-Faktor: die **Kürbis**-Vase. Dafür möglichst viel Fruchtfleisch aus dem Kürbis entfernen und eine Vase hineinstellen.

Schmuckstück!

Schön gesagt:

„Letzte Woche war die Küche sauber.“

Haste verpasst: schade!“

## SCHÖN SAUBER

Mit diesen coolen Tüchern bringt Saubermachen einfach Spaß

**Stylish, nützlich, nachhaltig:** Wer hätte gedacht, dass Alltagsgegenstände so hübsch sein können? Und nach dem Gebrauch lassen sie sich waschen oder kompostieren.

Von Kiss My Kitchen; ca. 5,50 €;  
kissmykitchen.de



## 3 dufte Tipps

### GEGEN UNLIEBSAME ESSENSGERÜCHE

Hausmittel schaffen schnelle Abhilfe

**1 WALNÜSSE**  
Winterzeit ist Kohlzeit. Obwohl wir von seinem Aroma nicht genug bekommen, könnten wir auf seinen intensiven Raumduft gut verzichten. Abhilfe schaffen Walnüsse. Ein bis zwei Stück im Kohl mitkochen und der Geruch wird gemildert.

**2 KAFFEE**  
Nicht nur am Morgen eine duftende Wohltat. Eine Schale mit Kaffeebohnen und kleinem Teelicht ist ein dekoratives Accessoire, und dank der Kerze erwärmen sich die Bohnen, wodurch sich ein angenehmer Duft ausbreitet.

**3 KARTOFFEL**  
Gegen schlechte Gerüche im Kühlschrank hilft eine rohe Kartoffel: in zwei Hälften schneiden und auf einen Teller in den Kühlschrank legen. Sie nimmt die schlechten Gerüche an – sollte aber regelmäßig ausgetauscht werden.

## Auf ein Gläschen

Süffige Tipps und angesagte Trends für Ihre Hausbar



Italiens Klassiker: würzig und frisch zugleich. „Molinari Sambuca extra“; 1 l ca. 20 €

### Feuer und Flamme

Wunderbarer Abschluss eines geselligen Mahls: ein eleganter Likör mit feiner Anisnote. Wir lieben die italienische Variante und servieren Sambuca ganz stilecht mit drei Kaffeebohnen. Unbedingt anzünden: Dadurch karamellisiert der Zucker im Likör, und die Bohnen werden geröstet. Beim Zerkauen mischt sich die Süße mit den Röstaromen – salute!

## Impressum

Bauer Food Experts KG • Redaktion: kochen & genießen  
Burchardstraße 11 • 20077 Hamburg  
Telefon: 040 30195168 • ISSN 0933-9698  
www.kochen-und-geniesSEN.de  
E-Mail: info@kochen-und-geniesSEN.de

Herausgeberin: Sabine Ingwersen

Redaktionsleiterin: Stefanie Reifenrath (V.i.S.d.P.), Adresse wie Redaktion  
Head of Editorial: Theresa Gießau • Head of Design: Nadine Hussong

Chefin vom Dienst: Christine Matthiesen

Creative Concept Photo: Geraldine Pavone, Claudia Möller

Redaktion: Maïke Doege, Doris Gibson, Manfred Mních, Friederike Möller,  
Kirstin Ruge, Sabine Vincenz

Gestaltung: Lena Klimek, Karina Schultz • Produktionsleitung: Stephan Schmidt  
Photo Director: Andrea Girard • Producer: Melanie Schmitt

Fotografen: Christian Kuhn, Katja Münch, Nadine Wolf, Niklas Sturmhöfel, Alessandra Cremona  
Foodstyling: Anne Haupt, Stefanie Kröger-Firek, Madlin Lipa, Sören Neumann,  
Bonnie Sieg, Gudrun Theis, Katharina Wetjen,

Styling: Katja Danowsky, Judith Garbas, Nicole Hartmann,  
Julia Jensen, Sascha Mandel, Annkatrin Schütz

Mitarbeiter dieser Ausgabe: Volker Eggers (Text, fr.)  
Schlussredaktion: Lektornet

Verlagsleitung: Malte Jensen • Objektleitung: Olga Nizhegorodtseva  
Verlag: kochen & genießen erscheint in der Heinrich Bauer Verlag KG,  
Burchardstraße 11, 20077 Hamburg

Anzeigen: Bauer Advance KG, Burchardstraße 11, 20099 Hamburg,  
Tel.: 040 30190, www.baueradvance.com

Managing Director: Tim Lammek • Director Marketing & Brand: Natalie Schwarz  
Head of Magazines/Crossmedia | Marketing & Brand: Michael Linke

Verantwortlich für den Anzeigeninhalt: Viola Schwarz  
Verantwortlich für die Anzeigenstruktur: Martina Ost-Heitger

Anzeigenpreisliste: Nr. 37 vom 1. Januar 2023  
Koordination Herstellung: Helge Voss • Hersteller: Rafael Schneider

Vertrieb: Bauer Vertriebs KG, Brieffach 4000, 20086 Hamburg  
Nachlieferservice und Einzelheftbestellungen:  
www.meine-zeitschrift.de

Kontakt: ecommerce@bauermedia.com  
Druck: Bauer Print Wykroty Sp. z o.o. sp.k., Wykroty, ul. Wyzwolenia 54,  
59-730 Nowogrodziec

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, Adressänderungen,  
Bankdatenänderung, Reklamationen bequem im Internet unter www.bauer-plus.de/service;

Aboservice (Österreich, Schweiz und restliches Ausland):  
Bauer Vertriebs KG, Auslandsservice, Postfach 14254, 20078 Hamburg,  
Tel.: 0049 40 30198519 (Mo.-Fr. 8-18 Uhr), Fax: 0049 40 30198829,  
E-Mail: auslandsservice@bauermedia.com

Copyright 2023 Heinrich Bauer Verlag KG, Hamburg. Nachdruck, auch einzelner Teile,  
verboten. Alle Nebenrechte vom Verlag vorbehalten. Für unverlangt eingesandte Manuskripte,  
Bilder, Bücher und Fotos wird nicht gehaftet.

Die Zeitschrift kochen & genießen wird ganz oder in Teilen in Print und digital vertrieben.  
kochen & genießen darf nur mit Genehmigung des Verlages in Lesezirkeln geführt werden.

Export von kochen & genießen und der Vertrieb im Ausland sind nur mit Genehmigung  
des Verlages statthaft.

kochen & genießen (USPS no 00005106) is published monthly by Bauer Media Group. Known  
Office of Publication: Data Media (A division of Cover-All Computer Services Corp.), 2221 Kenmore  
Avenue, Suite 106, Buffalo, NY 14207-1306. Periodicals postage is paid at Buffalo, NY 14205.  
Postmaster: Send address changes to KOCHEN&GENIESSEN, Data Media, P.O. Box 155, Buffalo,  
NY 14205-0155, E-Mail: service@roltek.com, Toll free: 1-877-776-5835

## HOUSE of FOOD

### So erreichen Sie uns

#### Fragen zu Ihrem Abo oder zur Heftzustellung?

Tel. 040 32901616, Mo.-Fr. von 8 bis 18 Uhr,  
Sa. von 9 bis 14 Uhr

#### Hefte nachbestellen?

Im Internet unter meine-zeitschrift.de,  
E-Mail: ecommerce@bauermedia.com

#### Fragen zu Rezepten, Zutaten oder Produkten?

Tel. 040 30195168,  
E-Mail: info@kochen-und-geniesSEN.de,  
Mo.-Fr. von 10 bis 16 Uhr

#### Sie möchten uns schreiben?

Bauer Food Experts KG, Redaktion kochen&genießen,  
Brieffach 35141, 20077 Hamburg  
oder info@kochen-und-geniesSEN.de

#### Jahres-Rezeptregister

Kostenlos heruntergeladen unter www.kochen-und-geniesSEN.de

#### Besuchen Sie uns auf Facebook:

 /kochenundgeniesSEN

FÜR GÄSTE

# Gans was Feines

## ZUM MARTINSFEST

Kartoffelbällchen  
mit Butterbröseln

Erst gehen wir mit der Laterne, dann wärmen wir uns in  
geselliger Runde auf bei Gans und leckeren Begleitern

Raffinierter Balsamico-  
Pflaumen-Rotkohl

Krosse Gänsebrust

Oh, wie süß!

Das Rezept für die  
essbare Gänsedeko  
finden Sie auf Seite 45



Bratäpfel unter Mandelkruste

Martinsgans  
mit würziger Rotweinsoße

Rosenkohl  
in cremiger Soße

## Appetitmacher

Bevor der große Vogel die Bühne betritt, kitzelt dieser elegante Starter unseren Gaumen



## Zweierlei Fetapralinen

Köstlicher Auftakt, fein abgeschmeckt mit Walnüssen und etwas Honig

### ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

- ♥ 75 g Walnüsse ♥ 250 g Feta
- ♥ 200 g Doppelrahmfrischkäse ♥ 1 EL Honig
- ♥ Salz ♥ Pfeffer ♥ 4 Stiele Petersilie
- ♥ 2 EL getrocknete Cranberrys
- ♥ 8 dünne Scheiben geräucherter Lachs
- ♥ 8 Pumpernickeltaler ♥ 8 würzige Cracker
- ♥ Salatblättchen und Dill zum Garnieren

**1 FÜR DIE GRUNDMASSE** Walnüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen und auskühlen lassen. Feta fein raspeln und mit Frischkäse glatt rühren. Hälfte der Nüsse und Honig unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Frischkäsemasse mit angefeuchteten Händen ca. 16 Bällchen formen. Ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2 FÜR DIE NUSSPRALINEN** Petersilie waschen. Cranberrys, übrige Nüsse und Petersilie fein hacken. Alles mischen. Die Hälfte der Bällchen in der Cranberry-Mischung wenden und etwas andrücken. Pralinen ca. 1 Stunde kalt stellen.

**3 FÜR DIE LACHSPRALINEN** übrige Frischkäsebällchen auf je eine Scheibe Lachs legen und darin einrollen. Lachspralinen ebenfalls ca. 1 Stunde kalt stellen. Pralinen auf Pumpernickeltaler oder Cracker verteilen und mit Salatblättchen garnieren. Lachspralinen mit Dill garnieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 25 Min. +  
**Wartezeit** ca. 1 ½ Std.

**PORTION (2 PRALINEN)** ca. 290 kcal  
E 12 g · F 21 g · KH 10 g



## Eine Prise Wissen

### LIEB GEWONNENER BRAUCH

Der heilige Martin ist der Patron der Weber, Schneider und Winzer, doch was hat er bloß mit den Gänsen zu tun?

#### Bauerntradition

Zum 11. November, dem Martins-tag, wurden im Mittelalter die Steuerabgaben fällig, die oft in Naturalien, also auch in Gänsen, entrichtet wurden. Danach begann die vorweihnachtliche Fastenzeit. Grund, vorher noch einmal üppig zu schlemmen.

#### Fromme Legende

Als der heilige Martin im Jahr 370 zum Bischof von Tours gewählt wurde, versteckte er sich, bescheiden wie er war, erst einmal im Gänsestall. Die Vögel sollen ihn jedoch mit ihrem Geschnatter verraten haben.



## Rosenkohl in cremiger Soße

Das marktfrische Wintergemüse umhüllen wir mild mit rahmigem Frischkäse. Ein würdiger Begleiter zu unserem Hauptgang

### ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

- ♥ 1,5 kg Rosenkohl ♥ Salz ♥ 2 Zwiebeln ♥ 2 Knoblauchzehen
- ♥ 1-2 EL Butter ♥ 400 ml Gemüsebrühe ♥ 200 g Doppelrahmfrischkäse
- ♥ 2 EL Senf ♥ Zucker ♥ Pfeffer ♥ Muskat ♥ 4 Stiele Petersilie

**1** Rosenkohl am Strunk kreuzweise einschneiden, waschen und in kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Butter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Mit Brühe ablöschen und aufkochen. Frischkäse und Senf einrühren. Frischkäsesoße mit Salz, 1 Prise Zucker, Pfeffer und Muskat abschmecken.

**2** Rosenkohl abgießen, in die Frischkäsesoße geben und 3-4 Minuten köcheln. Rosenkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie waschen, fein hacken und über den Rosenkohl streuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 50 Min.

**PORTION** ca. 170 kcal

**E** 11 g · **F** 9 g · **KH** 9 g

Veggie

## Bratäpfel unter Mandelkruste

Leckerer Kontrast als Beilage zur Gans: fruchtig-zimtige Apfelspalten. Pst, schmeckt auch als Nachtisch super!

### ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

- ♥ 10 Äpfel (ca. 2 kg; z. B. Boskop) ♥ 3-4 TL brauner Zucker
- ♥ ½ TL Zimt ♥ 50 g Mandelblättchen ♥ 2 EL Butter ♥ Fett für die Form

**1** Äpfel waschen, schälen, vierteln und entkernen. Zucker und Zimt mischen. Äpfel in eine gefettete Auflaufform geben. Mit der Zimtzuckermischung bestreuen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 25 Minuten backen.

**2** Mandelblättchen über die Äpfel streuen und ca. 25 Minuten zu Ende backen. Butter schmelzen. Äpfel aus dem Ofen nehmen und sofort mit Butter beträufeln.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 Std.

**PORTION** ca. 220 kcal · **E** 2 g · **F** 6 g · **KH** 37 g

Veggie



### Zum Anstoßen

Der frische, rote Virgolato aus Apulien begleitet uns - leicht gekühlt - durchs Festmahl. Über [club-of-wine.de](http://club-of-wine.de); ca. 10 €

„Drum wir billig halten auch  
diesen alten Martinsbrauch.  
Laden fein zu diesem Fest  
unsre allerliebsten Gäst'  
auf die Martinsgänslein ein  
bei Musik und kühlem Wein.“

Achim von Arnim  
(dt. Schriftsteller; 1781-1831)



Unser Einkaufstipp:  
Achten Sie auf Gänse  
aus bäuerlicher Freiland-  
haltung. Mehr Infos unter  
[dithmarscher-gefluegel.de](http://dithmarscher-gefluegel.de)

# Martinsgans mit Rotweinsoße



Bühne frei für die Hauptdarstellerin des Tages: aromatisch gefüllt, mit krosser Apfelglasur und, ganz wichtig, mit richtig viel würziger Soße

## ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

### Für die Soße

- ♥ 1 kg Gänseklein (beim Geflügelhändler vorbestellen)
- ♥ 1 großes Bund Suppengrün ♥ 2 Zwiebeln
- ♥ 2 EL Öl ♥ 2 EL Tomatenmark ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 4 Lorbeerblätter ♥ 10 Wacholderbeeren
- ♥ 750 ml trockener Rotwein
- ♥ 2-3 TL Speisestärke

### Für die Gans und Gänsebrüste

- ♥ 1 küchenfertige Gans (ca. 4,5 kg)
- ♥ 3 Zwiebeln ♥ 3 Bio-Orangen
- ♥ 4 Stiele Beifuß ♥ 2 Gänsebrüste (à ca. 1 kg)
- ♥ 1 Bund Suppengrün ♥ 3 EL Apfelgelee
- ♥ Holzspießchen ♥ Küchengarn

**1 AM VORTAG FÜR DIE SOSSE** Gänseklein kleiner schneiden. Suppengrün waschen und grob schneiden. Zwiebeln vierteln. Öl in einem großen Bräter erhitzen. Gänseklein darin bei starker Hitze ca. 10 Minuten kräftig anrösten. Suppengrün und Zwiebeln zufügen und mitrösten. Tomatenmark einrühren und anschwitzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Lorbeer und Wacholder zufügen. Mit Wein ablöschen, aufkochen und bei starker Hitze fast verkochen. Ca. 2,5 l Wasser angießen, aufkochen und offen ca. 4 Stunden köcheln. Soße durch ein Sieb in einen großen Topf gießen, aufkochen und bei starker Hitze auf gut 600 ml Soße einkochen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auskühlen lassen und über Nacht kalt stellen.

**2 AM NÄCHSTEN TAG** Gans innen und außen waschen, trocken tupfen. Fett

aus der Bauchhöhle entfernen. Gans innen und außen mit Salz und Pfeffer einreiben. Zwiebeln schälen, halbieren. Orangen waschen und in grobe Stücke schneiden. Beifuß waschen. Mit Zwiebeln und Orangen in die Gans füllen und leicht andrücken. Öffnung der Gans mit Holzspießen zustecken und mit Küchengarn zusammenbinden. Gans auf einen Backofenrost legen. Gänsebrüste mit Salz und Pfeffer einreiben und mit auf den Rost legen. Suppengrün waschen und grob schneiden. Gemüse auf einem tiefen Backblech verteilen und ca. 750 ml Wasser angießen. Gans und Gänsebrüste auf dem Rost in den Backofen schieben. Blech mit Gemüse darunterschieben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 160°C/ Umluft: 140°C) ca. 4 Stunden braten.

**3** Gans und Brüste aus dem Ofen nehmen. Fond vom Blech durch ein Sieb in einen Topf gießen. Gans und Gänsebrüste auf das Blech setzen. Ca. 200 ml kochendes Wasser, 3 TL Salz und Apfelgelee verrühren. Ofentemperatur auf 180°C (Umluft: 160°C) hochschalten. Gans und Gänsebrüste mit dem Apfelwasser bestreichen. Im Ofen ca. 1 Stunde weiterbraten, dabei Gans und Gänsebrüste öfter mit Apfelwasser einstreichen. Fond entfetten, in die vorbereitete Soße gießen und aufkochen. Stärke und 4 EL Wasser glatt rühren und in die Soße rühren. Ca. 1 Minute köcheln, Soße abschmecken.

**ZUBEREITUNGSZEIT** Soße ca. 4 ½ Std.

Gans ca. 5 ½ Std.

**PORTION** ca. 990 kcal • E 72 g • F 74 g • KH 1 g

Und nun: alle fertig machen zum Genießen!



Veggie

## Kartoffelbällchen

FÜR 8 PERSONEN

**1,5 kg festkochende Kartoffeln** waschen und in Wasser ca. 20 Minuten kochen. Kartoffeln abgießen, sofort pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken. **2 TL Salz, 1 EL getrockneten Oregano, 2 Eier (Gr. M), 200 g Speisestärke und 50 g Weizengrieß** zu den Kartoffeln geben. Alles noch warm verkneten. Aus der Masse mit den Händen golfballgroße Knödel formen und auf ein leicht geöltes Blech legen. Bällchen in einem großen Topf in kochendem Salzwasser 12–15 Minuten gar ziehen lassen, bis die Knödel oben schwimmen. Bällchen herausheben und abtropfen lassen. **75 g Butter** schmelzen. **5–6 EL Semmelbrösel** darin rösten. Bröselbutter vor dem Servieren über die Bällchen verteilen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std.

Veggie

## Balsamico-Pflaumen-Rotkohl

Unser neues Lieblingsrezept gewinnt die Herzen dank fruchtigem Flair

## ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

- ♥ 2 kg Rotkohl ♥ 3 rote Zwiebeln
- ♥ 2 EL Butterschmalz ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 300 ml Pflaumenwein ♥ 5 Lorbeerblätter
- ♥ 10 Nelken ♥ 15 Wacholderbeeren
- ♥ 200 g Pflaumenmus ♥ 5 EL Balsamico-Essig

**1** Rotkohl waschen, vierteln und in feinen Streifen vom Strunk schneiden. Zwiebeln schälen, fein würfeln. Butter-

schmalz in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin glasig dünsten. Rotkohl zufügen und ca. 5 Minuten andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Pflaumenwein angießen, aufkochen und Gewürze zufügen. Zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren.

**2** Pflaumenmus unter den Rotkohl rühren und ca. 15 Minuten weiter-schmoren. Rotkohl mit Salz, Pfeffer und Balsamico-Essig abschmecken.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std.

**PORTION** ca. 190 kcal • E 4 g • F 3 g • KH 27 g

Mit Liebe vorbereitet: bis zum Kochen die Bällchen auf einem Blech mit einem feuchten Tuch abdecken



**Deko-Tipp****Licht? Kommt in die Tüte!**

Rand von **Pergamenttütchen** (Drogerie) mit einer **Wellenschere** (Bastelladen) abschneiden. Gänse aus **Packpapier** ausschneiden, dafür einen **Keks-Ausstecher** als Schablone nehmen. Auf die Tütchen kleben. Mit **Dekodraht** und einer **Feder** schmücken (beides Bastelladen). **LED-Teelichter** in die Tütchen stellen. Alternativ kleine Mitgebsel für Ihre Gäste einfüllen.



Rattanstuhl „Willow“  
von car-moebel.de

Testen  
Sie  
uns!

**Ihr Geschenk fürs Probeabo**

Noch mehr stimmungsvolle Beleuchtung beim Martinsessen spenden diese Teelichthalter aus gefrostetem Glas und Edelstahl (15,5 cm, 18 cm und 20,5 cm hoch). Sie erhalten das dreiteilige Set als Dankeschön, wenn Sie drei Hefte kochen & genießen testen für 7,80 € statt 11,97 €, das macht 35 % Ersparnis!

Mehr Infos unter [kochen-und-genießen.de/abo](http://kochen-und-genießen.de/abo) oder Telefon: 01806 369336\*, Stichwort kochen & genießen Nr. 11/2023.

\* Mo.-Fr. von 8 bis 18 Uhr, Sa. von 9 bis 14 Uhr; 0,20 €/Anruf aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk max. 0,60 €/Anruf. Das Angebot gilt nur in Deutschland und solange der Vorrat reicht. Alle Preise inkl. MwSt.

**ENTSPANNT  
VORBEREITET****Ihr Timing fürs Martinsfest****Bis zu 2 Tage im Voraus**

Soße für die Gans kochen.

Rotkohl kochen

**Am Vortag**

Gänseplätzchen backen.

Kirschele und Schokocreme fürs Dessert einschichten

**6 Stunden vor dem Fest**

Gans vorbereiten und in den Ofen schieben.

Kartoffelbällchen formen, unter einem feuchten Tuch kühl stellen.

Evtl. Getränke kalt stellen.

Tisch decken

**3 Stunden vor dem Fest**

Fetapralinen-Grundmasse vorbereiten, formen und kalt stellen.

Rosenkohl zubereiten

**2 Stunden vor dem Fest**

Fetapralinen fertigstellen

**1 Stunde vor dem Fest**

Kartoffelbällchen und Bröselbutter zubereiten; warm stellen.

Soße und Gans fertigstellen.

Äpfel vorbereiten

**30 Minuten vor dem Fest**

Äpfel in den Ofen schieben, sobald die Gans fertig ist.

Rot- und Rosenkohl aufwärmen.

Alles anrichten

**Nach dem Hauptgang**

Dessert mit Sahne, Schokosahne und Mandeln toppen

**Gemeinsam noch schneller!**

Delegieren Sie einfach Beilagen, Vorspeise oder Dessert an Ihre Gäste. Während alle den ersten Hunger mit den Fetapralinen stillen, ist Zeit fürs Aufwärmen auf dem Herd.



# Gänseliesels Kirschbecher

Nicht alle durcheinanderschnattern – von Kirschgelee, Creme und Mandeltopping ist doch genug für alle da!

## Süßes Federvieh

Übrige Gänsekekse als Tischdeko verwenden oder als Mitgebsel in Tütchen (s. links) verpacken

### ZUTATEN FÜR 8 PERSONEN

- ♥ 275 g Mehl ♥ 75 g Puderzucker
- ♥ 2 Eigelb (Gr. M) ♥ Salz ♥ 150 g kalte Butter
- ♥ 1 Glas (370 ml) Kirschen ♥ 5 Blatt Gelatine
- ♥ 1 Päckchen Vanillezucker ♥ 1 EL Milch
- ♥ 2 EL Hagelzucker
- ♥ 200 g + 100 g Schlagsahne
- ♥ 100 g Zartbitterschokolade
- ♥ 200 g Mascarpone ♥ 250 g Magerquark
- ♥ 2 EL Zucker ♥ 1 TL Lebkuchengewürz
- ♥ 40 g gebrannte Mandeln
- ♥ Kakao zum Bestäuben
- ♥ Mehl für die Arbeitsfläche ♥ Backpapier

**1 FÜR DIE GÄNSEKEKSE** Mehl, Puderzucker, 1 Eigelb, 1 Prise Salz und Butter in Stückchen glatt verkneten. Mürbeteig ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2 FÜR DAS GEELEE** Kirschen abgießen, Saft dabei auffangen. Gelatine einweichen. Kirschsaft und Vanillezucker in einem Topf erhitzen. Gelatine ausdrücken und unter Rühren im Saft auflösen. Kirschsaft vom Herd nehmen. Kirschen und Kirschsaft in acht Dessertgläser verteilen und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

**3** Teig auf bemehlter Arbeitsfläche ca. 3 mm dünn ausrollen. Dicht an dicht

daraus mit einem Ausstecher (ca. 10 cm hoch; von Birkmann) ca. 24 Gänse ausstechen, dabei die Teigreste immer wieder zusammenkneten. 1 Eigelb und Milch glatt rühren. Gänse damit bestreichen. Einige Gänse mit Hagelzucker bestreuen. Gänse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 12 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

**4 FÜR DIE CREME** 200 g Sahne erhitzen. Schokolade in Stücke teilen und darin schmelzen. Hälfte der Schokosahne kalt stellen. Mascarpone, Quark, Zucker und Lebkuchengewürz glatt rühren. Hälfte Schokosahne unterziehen. 100 g Sahne steif schlagen. Lebkuchencreme auf die Kirschen verteilen. Darauf je eine Sahneschicht streichen. Kalt stellen.

**5 VOR DEM SERVIEREN** gekühlte Schokosahne kurz aufschlagen und auf die Desserts verteilen. Gebrannte Mandeln hacken und darüberstreuen. Mit Kakao bestäuben. Jeweils ein Gänse-Plätzchen dazu servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 Std. +

**Wartezeit** mind. 2 Std.

**PORTION** ca. 480 kcal · E 10 g · F 32 g · KH 35 g

ANZEIGE

# 3

## Joghurt Tipps von Roland Trettl

Joghurt Natur von Weihenstephan ist ein wahrer Allrounder. Spitzenkoch Roland Trettl verrät Küchentricks rund um die frische Köstlichkeit

### Feine Torten mit Joghurt

Torten mit Joghurt statt mit Sahne sind fettärmer und die feine Säure verleiht ihnen einen frischen Geschmack. Damit die Creme sicher bindet, verrühren Sie die aufgelöste warme Gelatine mit etwas Joghurt. Sobald die Mischung fest zu werden beginnt, rühren Sie die restliche Masse unter. Vermeiden Sie Kombinationen mit Früchten wie Kiwi, Papaya oder Ananas. Deren Enzyme greifen das Eiweiß an und die Creme wird nicht fest.

### Pikante Joghurt-Dips

Saucen auf Mayonnaise-Basis schmecken frischer, wenn Sie ein paar Löffel Joghurt Natur dazugeben. Ist Joghurt die Basis des Dips, gewinnt er mit ein paar Löffeln hochwertigem Öl, wie z. B. Olivenöl, an Geschmack: Die feine Säure des Joghurts verbindet sich mit dem Öl, Kräuter und Gewürze können so ihr Aroma besonders gut entfalten. Für einen perfekten Curry-Dip schwitzen Sie Currypulver oder -paste kurz in Öl an, nach dem Abkühlen mit dem Joghurt verrühren.

### Joghurt in den Teig

Bereiten Sie Ihren Spätzle-, Gnocchi- oder Waffelteig doch mal mit Joghurt Natur zu! Der Teig wird dadurch saftiger und die Säure im Joghurt betont den Geschmack. Auch Brot und Kuchen lassen sich auf diese Weise verfeinern: Schon eine kleine Menge Joghurt im Teig sorgt für ein angenehmes Mundgefühl.



MEHR INFOS UNTER  
[www.molkerei-weihenstephan.de](http://www.molkerei-weihenstephan.de)



kochen & genießen-  
Redakteurin Sabine  
Vincenz im Glück.  
Gleich geht's los!



Alle Anbieter von Speisen und  
Getränken stammen aus dem  
Schwarzwald und verarbeiten  
größtenteils regionale Produkte

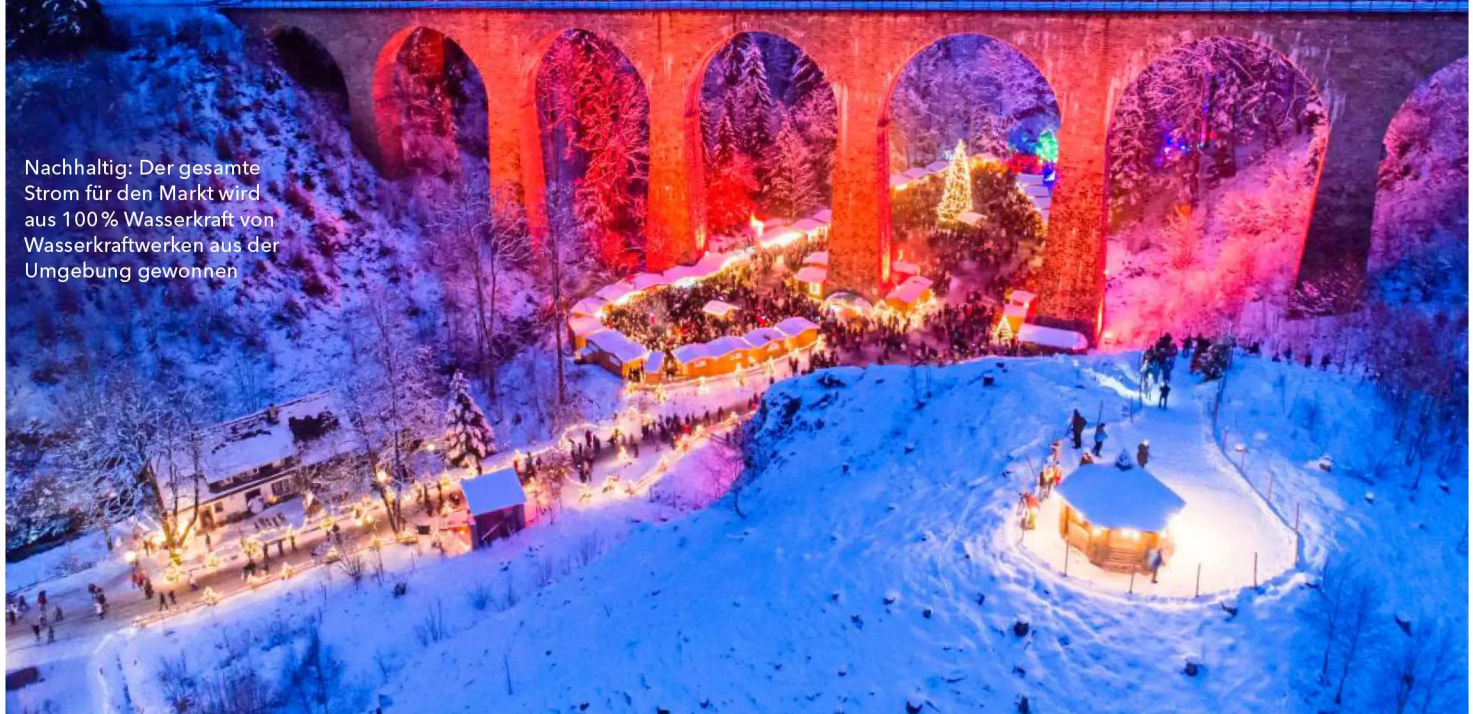
## ZU GAST IM HOCHSCHWARZWALD

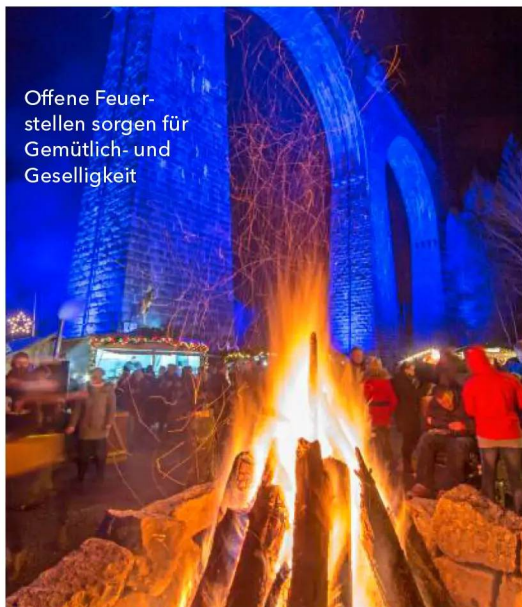
# Das magische Leuchten

Im wildromantisch gelegenen Höllental pilgern  
Besucher von nah und fern zu einem der schönsten  
Weihnachtsmärkte Deutschlands

Text: Sabine Vincenz

Nachhaltig: Der gesamte  
Strom für den Markt wird  
aus 100 % Wasserkraft von  
Wasserkraftwerken aus der  
Umgebung gewonnen





Offene Feuerstellen sorgen für Gemütlich- und Geselligkeit

Es geht hinab. Hinab ins Höllental. „Doch keine Bange“, ruft mir Gästeführerin Corinna mit einem verschmitzten Lächeln zu, „das Himmelreich wartet auf uns.“ Schon Marie-Antoinette soll auf ihrer Brautreise die beklemmende und gefährliche Schlucht durchquert haben, ebenso wie Dichterst Johann Wolfgang von Goethe – doch seinen wenig schmeichelhaften Namen erhielt das „Val d'enfer“ von einem französischen General, der sich Ende des 18. Jahrhunderts mit seinen Truppen auf dem Rückzug befand. Es sei doch nur logisch, erzählt Corinna weiter, dass nach der Hölle das Himmelreich auf jeden wartet, der den Gefahren getrotzt hat. Unser Himmelreich ist diesmal nicht die gleichnamige Siedlung mit eigenem Bahnhof am Ausgang des Höllentals, sondern einer der bezauberndsten Weihnachtsmärkte Deutschlands.

### Wildromantisches Wunderland

Und tatsächlich durchströmt mich ein Gefühl himmlischer Magie, als wir die Ravennaschlucht erreichen: Unter dem imposanten Viadukt, eingehüllt in einen rot, grün und blau changierenden Lichtnebel, duckt sich ein stimmungsvoll erleuchtetes Hüttendorf. Einmal im Jahr, an vier Advents-Wochenenden, verwandelt sich dieses wildromantische Fleckchen Erde in ein festliches Wunderland, das auch mein Herz im Sturm erobert.

Nicht nur für die Augen, auch für den Gaumen ist der Weihnachtsmarkt ein Fest. Ich starte meine Schlemmertour mit ein, zwei „Nikolausi“, einem sehr leckeren, regional hergestellten Bratapfelflikör mit Sahnehäubchen und Zimt. Das macht Appetit auf die Hirsch-Bratwurst vom Grill. „Probieren Sie dazu unbedingt unseren selbst gemachten Senf mit Cranberrys“, empfiehlt mir die Verkäuferin. An der offenen Feuerstelle verputze ich die köstliche Bratwurst sofort >



## Bratwurst im Brötchen mit saftigem Kraut-Topping

Nichts geht über eine zünftige Bratwurst! Wir haben uns dazu einen äußerst schmackhaften süßsauren Belag einfallen lassen

### ZUTATEN FÜR 6 PERSONEN

- ♥ 300 g Sauerkraut
- ♥ 4-5 EL Weißweinessig ♥ 2 TL Zucker
- ♥ Edelsüßpaprika ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 300 g Rotkohl ♥ Saft von ½ Limette
- ♥ 1 Mini-Römersalat ♥ 2 EL Öl
- ♥ 6 Bratwürste (à ca. 100 g; z.B. Wildbratwürste)
- ♥ 6 Baguette-Brötchen (à ca. 75 g)
- ♥ 6 EL Senf (Tube) ♥ 4 TL Wasabi-Nüsse

**1 FÜR DAS SAUERKRAUT** Sauerkraut in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Essig und 1 TL Zucker aufkochen, Sauerkraut zugeben und unterrühren. Sauerkraut mit Edelsüßpaprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Kraut beiseitestellen.

**2 FÜR DEN ROTKOHL** Rotkohl waschen und in feinen Streifen vom Strunk hobeln. Mit Limettensaft, 1 TL Zucker und Salz verkneten. Römersalat waschen und in feine Streifen schneiden.

**3 FÜR DIE WÜSTCHEN** 1 EL Öl in einer Grillpfanne erhitzen. Würste darin rundherum ca. 8 Minuten braten. Brötchen längs tief einschneiden. Mit Sauerkraut, Würsten, mariniertem Rotkohl und Römersalat füllen. Senf daraufgeben. Nüsse grob hacken und über die Brötchen verteilen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 30 Min.

**PORTION** ca. 680 kcal

**E** 30 g • **F** 39 g • **KH** 49 g

Energiesparende LED-Lampen sorgen für die stimmungsvolle Beleuchtung



### Fortsetzung von Seite 47

und komme dabei mit den umherstehenden Besuchern ins Gespräch. Einige sind wie ich von weit her angereist; andere kommen aus der Umgebung – aber jeder genießt sichtlich diese besondere Atmosphäre. Und es schmeckt!!! Obwohl eigentlich schon satt, kann ich dem Bauernraclette auf knusprigem Brot nicht widerstehen. Für den süßen Abschluss gönne ich mir eine Tüte voll von dem in Süddeutschland beliebten Magenbrot, das seinen Namen den verwendeten magenfreundlichen Gewürzen Nelken, Zimt, Sternanis und Muskat verdankt. Für meine Lieben zu Hause besorge ich noch Schwarzwälder Schinken, Weihnachtsschmuck und den köstlichen Bratapfelflikör. Zu schnell sind die zwei Stunden vorübergegangen. Pappsatt und zufrieden geht es im Shuttlebus zurück nach Hinterzarten. Weihnachten kann kommen!

## Eine Prise Wissen

### DIE LICHTER...

...gehen in diesem Jahr am Freitag, 24. November, 15 Uhr, bis Sonntag, 17. Dezember, an.

Der Besuch ist nur mit einem vorab gebuchten Online-Ticket möglich. Kinder bis einschließlich 15 Jahre zahlen keinen Eintritt.

Shuttlebusse verkehren kostenlos. Abfahrt und Ankunft jeweils an den Bahnhöfen Hinterzarten und Himmelreich.

Die Aufenthaltsdauer für den Weihnachtsmarkt ist aufgrund der hohen Besucherzahlen auf zwei Stunden beschränkt.

**TIPP:** Vom Kurhaus Hinterzarten aus starten geführte Fackelwanderungen in die Ravennaschlucht.

**MEHR INFOS:** [hochschwarzwald.de](http://hochschwarzwald.de), unter der Rubrik Veranstaltungen

## Süße Schupfnudeln mit Kirschen

Ein herrlich wärmendes Dessert für kalte Tage. Und wer es nicht zum Weihnachtsmarkt schafft, veranstaltet einfach zu Hause einen

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 800 g mehligkochende Kartoffeln
- ♥ 2 EL Zucker ♥ 2 EL Butter
- ♥ 50 g Mandelblättchen
- ♥ 2 EL Mehl ♥ 40 g Grieß ♥ Salz
- ♥ 4 Eigelb (Gr. M) ♥ 1 EL Öl
- ♥ 1 Becher (500 g) Kirschgrütze
- ♥ Puderzucker zum Bestäuben
- ♥ Mehl für die Hände ♥ Backpapier

**1 FÜR DIE SCHUPFNUDELN** Kartoffeln waschen und in Wasser ca. 20 Minuten kochen. **FÜR DIE MANDELN** 5 EL Wasser, Zucker und 1 EL Butter aufkochen. Mandeln darin 3–4 Minuten köcheln, bis sich ein Karamellmantel um die Mandeln gelegt hat. Auf Backpapier auskühlen lassen.

**2 FÜR DIE SCHUPFNUDELN** Kartoffeln abgießen, pellen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Etwas abkühlen lassen. Mehl, Grieß, 1 Prise Salz und Eigelb unterkneten. Mit bemehlten Händen fingerdicke Schupfnudeln formen. In leicht siedendem Salzwasser 2–3 Minuten garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Abgießen.

**3** Öl und 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen. Schupfnudeln darin ca. 5 Minuten braten. Mit Kirschgrütze anrichten. Mandeln und Puderzucker darüber verteilen. Dazu schmeckt Vanillesoße.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std.

**PORTION** ca. 590 kcal

**E** 12 g • **F** 20 g • **KH** 86 g





NUR  
5,85 €  
STATT  
8,94 €

# 6 Hefte & im Probeabo ein tolles Geschenk sichern!

Die meistverkaufte Fernsehzeitschrift  
Deutschlands bequem im Bauer Abo

tv14 ist das TV-Magazin, das die Themenvielfalt einer Wochenzeitschrift mit der Übersichtlichkeit eines zweiwöchigen Fernsehprogramms verbindet. Sichern Sie sich eines der erfolgreichsten Magazine Deutschlands im Abo und verpassen kein Heft mehr!

## Geschenk zur Wahl!



Carbon Optic Messerset



Isolierkanne



Schüssel-Set „Marie“, 10-tlg.

**Jetzt  
bestellen:**

Bitte nennen Sie uns bei Bestellung per Telefon die Aktionsnummer (tv14 in KuG 2023– 6645 // 342 03 2244301) und die Geschenknummer: Messerset 23, Isolierkanne 48 oder Schüssel-Set „Marie“ 118.

**0180 6 / 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.kochen-und-genießen.de/tv14**

Oder einfach den nebenstehenden Code einscannen und weitere interessante Angebote finden.



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 0800/6 64 77 72 (kostenfrei). Das Angebot gilt nur in Deutschland und solange der Vorrat reicht. Alle Preise inkl. MwSt.

# Küchen- Manufaktur

**HAUSGEMACHT. BESONDERS. GUT.**

Bei keiner anderen Methode bleiben Saftigkeit  
und Geschmack so gut erhalten wie beim  
**Sous-vide-Garen**. Wir zeigen, wie es funktioniert



*Perfekt!*

So mögen wir unser  
Schweinefilet am  
liebsten: in saftigem  
Zartrosé

# Zart gegartes Schweinefilet

Im Aromatresor und dank eines wohltemperierten Wasserbads bereiten Sie Filet zu wie in der Sterneküche – und das ganz ohne Stress

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 2 Schweinefilets (à ca. 450; ca. 4 cm Ø)
- ♥ 1 Bio-Orange ♥ 3 Zweige Rosmarin
- ♥ 2 gestrichene TL schwarze Pfefferkörner
- ♥ 2 EL Butterschmalz ♥ Salz ♥ Pfeffer
- ♥ 2 große Vakuumbbeutel

**1** Fleisch putzen, dabei Fett und Sehnen abschneiden (s. Abb. A). Fleischabschnitte (80–100 g) für die Soße beiseitelegen. Filets trocken tupfen und quer halbieren. Orange waschen und 3 Scheiben abschneiden. Übrige Orange auspressen, Saft für die Soße beiseitestellen. Rosmarin waschen. Jeweils 2 Filethälften, 1 Orangescheibe, 1 Rosmarinzwig und 1 TL Pfefferkörner in einen Vakuumbbeutel geben und mit einem Vakuumiergerät vakuumieren (s. Abb. B).

**2\*** Ca. 3,25 l Wasser in einen großen Topf (ca. 6 l Inhalt) geben. Sous-vide-Stick hineinsetzen. Auf 58°C und eine Garzeit von 1 Stunde einstellen und einschalten. Garzeit hängt vom Fleischdurchmesser ab. Bei 3 cm Ø z.B. reichen 45 Minuten. Sobald die Temperatur erreicht ist (in ca. 10 Mi-

nuten), Beutel mit den Filets in das Wasser legen, sie sollten vom Wasser bedeckt sein. Sobald die gewünschte Temperatur erreicht ist, beginnt der Timer mit der Zeitnahme (s. Abb. C).

**3** Beutel aus dem Wasserbad herausheben. Fleisch entnehmen, Fleischsaft mit Gewürzen für die Soße beiseitestellen. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Schweinefilets darin rundherum 2–3 Minuten braten (s. Abb. D). Mit Salz und Pfeffer würzen. Filets herausnehmen und ca. 5 Minuten ruhen lassen. Mit der Soße anrichten. Mit übrigem Rosmarin und Orange garnieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std.  
**PORTION** ca. 320 kcal  
**E** 44 g · **F** 13 g · **KH** 5 g

## Temperaturwächter

Ein Sous-vide-Stick erhitzt das Wasser auf die gewünschte Temperatur und hält es konstant. Z.B. von KitchenBoss; ca. 100 €; über amazon.de



**Köstlicher Begleiter**

## Portweinsoße

**FÜR 4 PERSONEN** 2 gewürfelte Zwiebeln, 1 gewürfelte Möhre, 1 Zweig Rosmarin und Fleischabschnitte in 1 EL heißem Butterschmalz 8–10 Minuten anrösten. 1 EL Tomatenmark und 1 EL braunen Zucker kurz mit anschwitzen. Mit 100 ml rotem Portwein, Orangensaft und 500 ml Gemüsesfond (Glas) ablöschen. Aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln. Fleischsaft aus dem Beutel samt Gewürzen zugeben, ca. 5 Minuten köcheln. Soßenansatz durchsieben und aufkochen. 1 TL Speisestärke und 3 EL Wasser glatt rühren, Soße damit binden. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.  
**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 30 Min.



**A**



**B**



**C**



**D**

Jede Scheibe ein Genuss! Redakteurin Maïke Doege gart ihr Fleisch nur noch so



## Die Methodenmagie hinterm Vakuumgaren

### Was ist eigentlich Sous-vide-Garen?

„Sous vide“ kommt aus dem Französischen und heißt übersetzt „unter Vakuum“. Bei dieser Garmethode schweiße ich das Gargut in einen Beutel ein und gare es bei gleichmäßiger, niedriger Temperatur schonend im Wasserbad.

### Was kommt noch in den Beutel?

Zum Fleisch gebe ich auf jeden Fall meine Lieblingsgewürze. Im Vakuumbbeutel kann das Fleisch die Aromen durch und durch annehmen.

### Welche Vorteile hat die Garmethode?

Beim Sous-vide-Garen bekomme ich das Fleisch immer auf den Punkt, da ich die Kerntemperatur exakt bestimmen kann. Im Grunde kann man hier nichts falsch machen.

### Was kann ich auf diese Weise garen?

Ich empfehle es für fast alle Fleischarten und Zuschnitte, die sehr zart werden sollen. Auch Gemüse gelingt perfekt. Aufgepasst bei lange abgehangenem Wild: Es kann zu weich werden.

Im nächsten Heft: süße Weihnachts-Macarons

# Feuerschale mit Pizzaofen

Einfach nur eine Feuerschale? Weit gefehlt! Dank des speziellen Gehäuses ist der „Bonfire“ von Solo Stove so gut wie rauchlos. Doch er kann noch mehr als nur wärmende Flammen verbreiten: Mit dem passenden Accessoire „Pi Fire“ lässt sich die Feuerschale mit wenigen Handgriffen in einen Pizzaofen umbauen. So wird die heimische Terrasse zur Trattoria. Über der Flamme gelingt die Pizza wie vom Italiener. Wir verlosen zwei Feuerschalen mit Pizzaofen. [eu.solostove.com](http://eu.solostove.com)



2x  
zu gewinnen!



Zart-, Feingefühl	Geruch; Geschmack	An-siedler	Ge-schwin-digkeit	vornehm; kostbar	nörd-lichster Staat der USA	brav, artig	Insel-gruppe	vorher, früher	etwas bedauern	Schluss
roter Zeichenstift				oben-drein			Teil des Wein-stocks			
ein Schwanz-lurch				gestreckt			Koch-stelle			
Staub-besen mit Fransen				Stück Kautabak		Abend-gesell-schaft (frz.)				
wetter-feste Wind-jacke						lautmal.: Geräusch bei einem Aufprall	Gegen-teil von dort	Auf-schwung, Hochkon-junktur		Unge-ziefer
Monats-anfang	türk. Anis-brannt-wein		wild, unbändig	Ringer-, Judo-griff						
					niederl. Star-geiger (André)		ungar. Frauen-name			
Bauwerk in Brüssel							schlaf-ähnl. Zustand	Donau-Zufluss in Bayern	Paste-tenart (engl.)	
Winter-sportart	Schnur-her-steller		Lebewohl	Krabben (engl.)						
						Über-setz-schiff	zaubern	arg, schlimm		Röst-brot-scheibe
Ölfrucht	vulka-nisches Magma		Sicht-vermerk im Pass (Mz.)	Buch-staben-folge						
				durch, mittels (lat.)	römischer Kaiser (54-68)				frz.: Wein	
arab. Märchen-figur (... Baba)				Garten-blume				Frau Adams (A. T.)		
Zwi-schen-mahl-zeit						Blut-ver-giftung				
großer, bunter Papagei				sprechen			deutsche Vorsilbe			

## So nehmen Sie teil ...



**Per Website:**  
Die Lösung für das Gewinnspiel sowie Ihre Anschrift und E-Mail-Adresse tragen Sie bitte online ein in unser

Gewinnspiel-Formular unter:

[wunderweib.de/gewinn-coupons](http://wunderweib.de/gewinn-coupons)

**Per Post:** Bitte füllen Sie den Glückscoupon aus (ggf. kopieren) und kleben Sie ihn auf eine ausreichend frankierte Postkarte. Geben Sie Namen, Anschrift und ggf. E-Mail-Adresse an. Senden Sie die Postkarte an: **kochen & genießen, 20650 Hamburg**

**Per Telefon:** Nennen Sie das Lösungs-/Kennwort dem Glückstelefon: **0800 5887965** (kostenlos aus dem dt. Fest- und Mobilfunknetz, Mo.-Fr. 9-19 Uhr)

## Teilnahmebedingungen

Die Gewinnspielverlosungen sind eine übergreifende Gewinnaktion der Bauer Media Group. Veranstalter dieses Gewinnspiels ist die **Bauer Food Experts KG**. Berechtigt zur einmaligen und persönlichen Teilnahme sind Personen über 18 Jahre mit einem Wohnsitz in Deutschland, mit Ausnahme der Mitarbeiter der Unternehmen der Bauer Media Group, einschließlich ihrer jeweiligen Angehörigen, sowie alle Mitarbeiter der Drittunternehmen, die in das Gewinnspiel involviert sind. Die Teilnahme über Gewinnspielagenturen ist nicht möglich. Unter allen fristgerecht eingehenden Einsendungen entscheidet das Los. Der/Die Gewinner/-in wird vom Veranstalter **per Post** benachrichtigt. Der/Die Gewinner/-in muss die Annahme des Gewinns innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Gewinnbenachrichtigung gegenüber dem Veranstalter bestätigen, andernfalls erlischt der Gewinnanspruch, und der Gewinn wird neu vergeben. Unabhängig davon verjährt der Gewinnanspruch nach Ablauf eines Jahres nach Erhalt der Gewinnbenachrichtigung. Der Gewinn gilt mit Nachweis der ordnungsgemäßen Absendung als erbracht. Eine Gewinnabtretung, eine Barauszahlung oder der Tausch des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

**Datenschutz:** Die **Bauer Food Experts KG** verarbeitet Ihre personenbezogenen Daten zur Durchführung des Gewinnspiels. Weitere Informationen zum Datenschutz unter [datenschutz-gewinnspiel.de](http://datenschutz-gewinnspiel.de)

**Teilnahmeschluss ist der 28. November 2023.**

Die Auflösung des Rätsels finden Sie im nächsten Heft.

## Auflösung aus Heft 10/2023

Lösungswort:  
**Blumenkohl**



Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt.

## Glückscoupon

kochen & genießen Heft Nr. 11/2023

**Lösungswort**  
des Kreuzworträtsels:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

☐ „Ja, ich bin damit einverstanden, dass der Bauer Verlag mich bis auf Widerruf per Telefon oder E-Mail über interessante Angebote zu Medienprodukten informiert. Mit meiner vorstehenden Einverständniserklärung verpflichte ich die Bauer Media Group auf die Einhaltung der Grenzen dieser Zustimmung und auf den Datenschutz.“ Diese Einwilligung hat keinen Einfluss auf Ihre Gewinnchance.

Name ..... Adresse .....

Telefon-Nr. .... E-Mail .....

# 3 Hefte + Geschenk für nur 7,80 €

Jetzt  
**35%**  
sparen!



## Schüssel-Set „Marie“, 10-tlg.

Die Schüsseln eignen sich wunderbar als Salat- oder Servierschüssel und zum Aufbewahren von Lebensmitteln oder Knabberereien. Inklusive Deckel. Material: Edelstahl, Kunststoff. Größen: ca. 12, 14, 16, 18 und 20 cm.



## Küchen-Set, 5-tlg.

Unser 5-teiliges Küchen-Set bietet Ihnen die perfekten Helfer, um Ihre kulinarischen Kreationen auf das nächste Level zu heben. Material: Silikon, Holz.



## Tischlampe „Touch me“

Bei dieser Tischlampe genügt ein kurzes Tippen auf den Lampenfuß aus Edelstahl und schon erleuchtet sie an ihrem Platz. 3-stufige Dimmer-Funktion. Maße: ca. Ø 12,4 x 29,3 cm.

# Oh du Fröhliche

Weihnachtszauber im Abo:  
Die perfekte Geschenkidee!

Jetzt Zeitschrift auswählen unter:  
[www.bauer-plus.de/xmas](http://www.bauer-plus.de/xmas)



Jetzt  
**14 für 12!**  
14 Monate  
verschenken, nur  
12 bezahlen!



## SNHELL BESTELLEN!



**01806 / 36 93 36**

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



**040 / 30 19 81 12**

Den Coupon ganz einfach per Fax versenden.



**Bauer Vertriebs KG, kochen & genießen  
Brieffach 14307, 20086 Hamburg**

Ganz einfach: Coupon bitte vollständig ausfüllen, unterschreiben und gleich abschicken.



**[www.kochen-und-geniesen.de/abo](http://www.kochen-und-geniesen.de/abo)**

Hier finden Sie weitere interessante Angebote.



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

Informationen zu unseren Auslandsangeboten.

**Informationen zu Ihrem Abonnement:** Ihr Vertragspartner wird die Bauer Vertriebs KG, Meßberg 1, 20078 Hamburg. Die Bauer Vertriebs KG behält sich vor, Abo-Bestellungen zu prüfen und ggf. aufgrund von z.B. Mehrfachbestellungen abzulehnen. Die Angebote gelten nur, solange der Vorrat reicht. Der Verlag behält sich ansonsten vor, angemessene Ersatzartikel zu liefern. Einzelheiten zu Ihrem Widerrufsrecht, AGB, Datenschutz und weitere Informationen unter: [www.bauer-plus.de/agb](http://www.bauer-plus.de/agb) oder telefonisch unter 0800 / 6647772 (kostenfrei).

**JA, ICH MÖCHTE 3 HEFTE FÜR NUR 7,80 € STATT 11,97 € TESTEN UND EIN GESCHENK MEINER WAHL DAZU!**

Bitte kreuzen Sie ein Geschenk Ihrer Wahl an:

☐ Schüssel-Set „Marie“, 10-tlg. (118) ☐ Küchen-Set, 5-tlg. (128) ☐ Tischlampe „Touch me“ (10)

028 03 02247693  
KJG #11/23 – 6645

Ich teste 3 Hefte **kochen & genießen** für nur 7,80 € statt 11,97 €. Danach erhalte ich **kochen & genießen** von der Bauer Vertriebs KG, Meßberg 1, 20078 Hamburg, jeden Monat zum gleichen Preis wie am Kiosk, zzt. für nur 3,99 € pro Heft, direkt ins Haus geliefert. Die Zustellung erfolgt im 1. Vertragsjahr kostenlos, denn das Porto übernimmt der Verlag für mich! Danach wird pro Heft eine Zustellgebühr von nur 0,40 € erhoben. Ich lese nur, solange ich möchte, und kann jederzeit zum nächsterreichbaren Heft kündigen. Wenn ich nach dem Probeabo keine Weiterbelieferung wünsche, werde ich Sie spätestens nach Erhalt des 2. Heftes in Textform informieren. Das ausgewählte Geschenk darf ich auf jeden Fall behalten, in ca. 4 bis 6 Wochen kommt mein erstes Heft. Das Angebot gilt nur in Deutschland und solange der Vorrat reicht, Preise inkl. MwSt.

Name, Vorname		Geburtsdatum	
Straße, Hausnr.			
PLZ, Ort			
Telefon		E-Mail	

☐ Ja, ich bin damit einverstanden, dass die Bauer Media Group mich per Telefon über interessante Angebote zu Medienprodukten informiert. Meine Einwilligung ist jederzeit durch Mitteilung an die Bauer Vertriebs KG (an Adresse Bauer Vertriebs KG, Brieffach 14550, 20078 Hamburg oder per E-Mail an [widerrufwerbung@bauermedia.com](mailto:widerrufwerbung@bauermedia.com)) widerrufbar.

**Ja, ich zahle jährlich per Bankeinzug. Dafür erhalte ich 2 Hefte gratis zusätzlich bei Weiterbezug nach dem Probeabo im Anschluss an den Zahlungsrhythmus.**

IBAN															
Bankleitzahl								Kontonummer							
Kontoinhaber (Name, Vorname)															
Bankinstitut															

Ich ermächtige die Bauer Vertriebs KG, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die Lastschriften einzulösen. Es gelten die Bedingungen meines Kreditinstitutes. Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Gläubiger-ID: DE92ZZZ00000518718

Datum, Unterschrift



# Das süße Leben

Zum Abschluss eines guten Essens gönnen wir uns diese himmlischen Gaumenfreuden. Denn für einen Nachtisch ist immer Platz!

## Karamellpudding mit Granatapfel-Minz-Topping

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 80 g + 2 TL brauner Zucker ♥ 2 EL Butter ♥ 200 ml + 100 ml Milch
- ♥ 200 g Schlagsahne ♥ Salz ♥ 40 g Speisestärke ♥ 2-3 Stiele Minze
- ♥ 1 Granatapfel ♥ 2 EL Apfelsaft ♥ Frischhaltefolie

**1** 80 g Zucker karamellisieren. Butter unterrühren. Unter Rühren 200 ml Milch, Sahne und 1 Prise Salz zufügen und aufkochen.

**2** 100 ml Milch und Stärke glatt rühren. Stärke in die Karamellcreme rühren, aufkochen und ca. 1 Minute köcheln. Pudding ca. 10 Minuten abkühlen lassen und dann in 4 Gläser (à ca. 200 ml Inhalt) füllen. Direkt

mit Folie bedecken und ca. 2 Stunden kalt stellen.

**3** Minze waschen, hacken. Granatapfel halbieren und Kerne herausklopfen. Mit Minze, Saft und 2 TL Zucker mischen. Vor dem Servieren Granatapfel-Minz-Topping auf dem Pudding verteilen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 35 Min. + Wartezeit ca. 2 Std.  
**PORTION** ca. 370 kcal  
E 4 g · F 20 g · KH 41 g



## Pochierte Honig-Birnen

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 Zitrone ♥ 300 ml Weißwein (z. B. Riesling) ♥ 4 Sternanis
- ♥ 175 g Zucker ♥ 1 Päckchen Vanillezucker ♥ 200 g flüssiger Honig
- ♥ 4 reife Birnen (à ca. 150 g) ♥ 4 Kugeln Vanilleeis

**1** Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Wein, ca. 700 ml Wasser, Zitronensaft, Sternanis, Zucker, Vanillezucker und Honig in einem schmalen, hohen Topf aufkochen. Birnen schälen und in den Sud geben. Birnen unter gelegentlichem Wenden bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten pochieren, aber nicht kochen.

**2** Von dem Sud ca. 500 ml abnehmen und ca. 20 Minuten bei starker Hitze sirupartig einkochen. Danach den Honigsirup abkühlen lassen.

**3** Birnen in dem übrigen Sud unter gelegentlichem Wenden auskühlen lassen. Pochierte Birnen und Eis

anrichten. Honigsirup vorsichtig darübergießen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 45 Min. + Wartezeit ca. 1 Std.  
**PORTION** ca. 330 kcal  
E 2 g · F 4 g · KH 66 g



### Aromatische Note

Bei den Gewürzen dürfen Sie gern variieren. Zu Birnen passen auch Kardamom, Ingwer, Zimt, Nelken oder Chili toll.



## Beschwipste Pflaumen zu Zimt-Pannacotta

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 450 g TK-Pflaumen ♥ 5 Blatt Gelatine ♥ 500 g Schlagsahne
- ♥ 2 Zimtstangen ♥ 2-3 EL Zucker ♥ ½ TL Vanilleextrakt
- ♥ 200 ml Glühwein ♥ Schale von ½ Bio-Orange ♥ 5 TL Speisestärke
- ♥ 1 TL Zimt ♥ evtl. Zimtstangen zum Verziern

**1** Pflaumen antauen lassen. Gelatine einweichen. Schlagsahne, Zimtstangen, Zucker und Vanilleextrakt unter Rühren aufkochen und ca. 5 Minuten ziehen lassen. 4 Dessertförmchen (à ca. 7 cm Ø) mit kaltem Wasser ausspülen.

**2** Gelatine ausdrücken, auflösen und mit 3 EL Sahnemischung verrühren, dann in die übrige Sahne rühren. Zimtstangen entfernen, Zimtsahne in die Förmchen verteilen und ca. 4 Stunden kalt stellen.

**3** Glühwein, Pflaumen und Orangenschale aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln.

Stärke und 2 EL Wasser glatt rühren. Stärke unter Rühren zu den Pflaumen geben und ca. 1 Minute köcheln. Orangenschale entfernen. Glühwein-Pflaumen etwas abkühlen lassen.

**4** Pannacotta mit einem Messer vom Formrand lösen. Förmchen kurz in heißes Wasser tauchen. Pannacotta auf Dessertteller stürzen. Mit Zimt bestäuben. Glühwein-Pflaumen dazu servieren. Eventuell mit Zimtstangen verzieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 35 Min. + Wartezeit ca. 4 Std.  
**PORTION** ca. 540 kcal  
**E** 4 g · **F** 40 g · **KH** 38 g



## Winterliche Crème brûlée

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- ♥ 1 Vanilleschote ♥ 1 Bio-Zitrone ♥ 200 g Schlagsahne
- ♥ 200 ml Milch ♥ 1 TL Orangenextrakt ♥ 2 Eier + 2 Eigelb (Gr. M)
- ♥ 100 g Puderzucker ♥ 4 EL Zucker ♥ Fett für die Förmchen

**1** Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Zitrone heiß waschen, aus der Mitte 4 dünne Scheiben schneiden. Aus der übrigen Zitrone Saft auspressen. Sahne, Milch, Vanillemark, -schote und Orangenextrakt aufkochen und ca. 4 Minuten köcheln.

**2** Eier, Eigelb und Puderzucker mit den Schneebesen des Rührgeräts 4-5 Minuten hellcremig aufschlagen. Sahnemischung vom Herd nehmen und Vanilleschote entfernen. Zitronensaft zur Sahnemischung geben. Heiße Sahne langsam in die Eimasse rühren.

**3** 4 gefettete ofenfeste Förmchen (à ca. 200 ml

Inhalt) auf ein tiefes Backblech stellen und mit der Eiernmilch füllen. In jede Creme eine Zitronenscheibe legen. In den vorgeheizten Backofen (E-Herd: 160°C/ Umluft: 140°C) schieben und heißes Wasser angießen, sodass die Förmchen zu ⅔ im Wasser stehen. Ca. 50 Minuten backen. Förmchen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**4** Vor dem Servieren Crème brûlée mit jeweils 1 EL Zucker bestreuen und mit einem Küchengasbrenner goldgelb abflammen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. + Wartezeit ca. 1 ½ Std.  
**PORTION** ca. 440 kcal  
**E** 8 g · **F** 26 g · **KH** 39 g

# „Gefeiert wird bei uns zu Hause“



## Ulrike Kippläß (80)

Die Diplom-Verwaltungswirtin aus Bergisch Gladbach ist auch im Ruhestand aktiv. Da ist zum einen ihre große Familie mit Kindern und Enkelkindern, zum anderen das Schreiben. Ach ja, und dann war sie auch noch viele Jahre mit einem Konzertchor auf Tournee durch ganz Europa unterwegs. Wir sagen: Chapeau und Happy Birthday!

Zu Ulrike Kippläß' 80. Geburtstag gab es ein großes Familienfest. Auch die Enkel haben fleißig mitgeholfen und den Backofen angeworfen

### Sie haben dieses Jahr einen runden Geburtstag gefeiert. Wie haben Sie Ihren Ehrentag verbracht?

Oh, das war ein großes Familienfest, und solche Feste feiern wir immer zu Hause. Drinnen und draußen auf der großen Terrasse. Mit meinen Kindern, deren Partnern, den Enkeln und Freunden waren wir 24 Leute.

### ... und die wollen beköstigt werden. Was gab es zu essen?

Ich mache gern große Buffets. Mit Fleisch, Fisch und Salaten. Das lässt sich wunderbar vorbereiten und ist bei so vielen Gästen zugleich entspannt und gesellig.

### Hatten Sie dabei Unterstützung?

Oh ja. Meine Enkelkötchter, die Drillinge, sind die Backfeen in unserer Familie. Sie sorgten für den süßen Abschluss. Von ihnen habe ich auch das Rezept für die Karamellwürfel. Mein anderer Enkel kocht und backt

„Bei Feiern mit vielen Gästen mache ich gern große Buffets“

ebenfalls leidenschaftlich gern. Er steuerte einen Zwiebelkuchen bei. Mein Mann und ich haben das Glück, dass unsere Kinder und Enkelkinder alle in der Nähe leben.

### Und was machen Sie, wenn keine Geburtstagsfeier ansteht?

Seit ich denken kann, schreibe ich Tagebuch. Früher jeden Abend; jetzt mache ich monatlich eine kleine

Zusammenfassung. Ich schreibe mit der Hand, und am Abend tippe ich alles in den PC. Wir haben eine tolle Buchbinderin gefunden, die

daraus inzwischen 27 Bücher gemacht hat. Erinnerungen, alte Fotos und Geschichten eines ganzen Lebens. Von der Schulzeit bis heute.

### Das klingt wunderbar. Ist ein neues Buch in Arbeit?

Tatsächlich haben sich meine Enkelinnen ein Generationen-Kochbuch gewünscht. Ich bin gerade dabei, die Familienrezepte meiner Mutter und Großmutter sowie meine eigenen zu sammeln und niederzuschreiben. So geht altes Wissen nicht verloren.

### EIN LEBEN IN BÜCHERN

Von den Urlaubserinnerungen bis zum Alltag mit Drillingen – Ulrike Kippläß hat alles aufgeschrieben!



**50€**  
für Ihr  
Rezept

## Welchen Kuchen gibt es auf Ihrer Feier?

**Wir suchen Ihr liebstes Backrezept!** Schicken Sie es uns einfach per E-Mail oder per Post (Adressen s. Seite 37). Legen Sie Ihrem Rezept bitte auch Ihre Telefonnummer/E-Mail-Adresse und ein Foto von sich bei. Eine Veröffentlichung im Heft honorieren wir mit 50 €. (Die Leseraktion wird ganz oder in Teilen in Print und online veröffentlicht.)

Eine perfekte Bereicherung  
des Weihnachtsplätzchen-Sortiments!  
Ihre Ulrike Kipplaf

## Karamellwürfel

### ZUTATEN FÜR CA. 81 STÜCKE

- ♥ 175 g Mehl ♥ 125 g + 250 g Butter
- ♥ 50 g + 250 g brauner Zucker
- ♥ 1 Dose (400 g) gezuckerte Kondensmilch
- ♥ 4 EL heller Sirup
- ♥ 30 g Mandelblättchen mit Haut
- ♥ 50 g Vollmilchschokolade
- ♥ Fett für die Form ♥ 1 Einwegspritzebeutel

**1 FÜR DEN TEIG** Mehl in eine Schüssel sieben. 125 g Butter in Stückchen zugeben und mit den Fingern darin verreiben, bis ein krümeliger Teig entsteht. 50 g Zucker zufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Teig in eine gefettete quadratische Springform (24 cm Ø) drücken und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 190°C/Umluft: 170°C) ca. 20 Minuten backen. Kuchen herausnehmen. In der Form abkühlen lassen.

**2 FÜR DEN BELAG** 250 g Butter in Stückchen, 250 g Zucker, Kondensmilch und Sirup in einer beschichteten Pfanne bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren erhitzen, bis die Masse kocht. Hitze reduzieren und die Masse weitere 4-5 Minuten kochen, bis der Karamell hellbraun und dickflüssig ist und sich vom Rand der Pfanne löst. Karamell auf dem Kuchenboden verteilen und mindestens 1 Stunde auskühlen lassen.

**3** Mandeln in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. Kuchen aus der Form lösen und in vier gleich große Quadrate schneiden. Kuchenstücke jeweils wenden und in kleine Würfel (ca. 2,5 cm) schneiden (so lassen sie sich besser durchschneiden). Karamellwürfel wieder mit der Karamellschicht nach oben drehen.

**4** Schokolade in Stücke teilen und überm heißen Wasserbad schmelzen. In einen Einwegspritzebeutel füllen und die Karamellwürfel damit verzieren. Mit Mandeln bestreuen und trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 50 Min. +  
**Wartezeit** ca. 1 Std.  
**STÜCK** ca. 80 kcal  
**E** 1 g · **F** 5 g · **KH** 9 g

Toll zum  
Verschenken!

Freuen Sie sich im nächsten Heft auf eine  
festliche Bratapfel-Torte

# Im siebten Schokoladenhimmel

Wer behauptet, Glück könne man nicht anfassen, hat wohl noch nie ein Stück dieser himmlischen Kuchen in der Hand gehabt



Unser  
Liebling

**Toblerone-  
Kirsch-Schnitten**

Rezept siehe Seite 60



## *Cremige Tartufo-Tarte*

Rezept siehe Seite 60

### *Heitere Aussichten*

Die Inhaltsstoffe des Kakaos heben die Stimmung, das belegen sogar Studien. Grund genug, einen Extra-Hauch des dunklen Feenstaubs über dieses Prachtstück zu stäuben!

## Toblerone-Kirsch-Schnitten



Süß, fruchtig, schokoladig-fluffig – jede Schicht verbirgt ein neues aufregendes Genussgeheimnis

### ZUTATEN FÜR CA. 24 STÜCKE

- ♥ 850 g TK-Sauerkirschen oder 2 Gläser (à 720 ml) Kirschen
- ♥ 150 g + 250 g Zartbitterschokolade ♥ 225 g Butter
- ♥ 175 g + 75 g Zucker ♥ 2 Päckchen Vanillezucker ♥ Salz
- ♥ 5 Eier (Gr. M) ♥ 400 g Mehl ♥ 1 Päckchen Backpulver
- ♥ 75 ml Milch ♥ 225 g Kirschkonfitüre
- ♥ 300 g Zartbitter-„Toblerone“ (Schokolade mit Honig und Nugat) ♥ 100 g + 400 g + 250 g + 250 g Schlagsahne
- ♥ 500 g Mascarpone ♥ 2 EL brauner Rum
- ♥ 2 Würfel (à 16,7 g) Kokosfett
- ♥ je 5 Mini-Toblerone (à 8 g; Milch und Dunkel)
- ♥ 1 EL Kakao ♥ evtl. etwas Konfitüre ♥ Fett für das Blech

**1 FÜR DEN BODEN** Kirschen auftauen oder abtropfen lassen. 150 g Schokolade in Stücke teilen, im heißen Wasserbad schmelzen. Butter, 175 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und 1 Prise Salz mit den Schneebesen des Rührgeräts cremig rühren. Eier einzeln unterrühren. Geschmolzene Schokolade in den Teig rühren. Mehl und Backpulver mischen. Im Wechsel mit der Milch kurz unterrühren. Teig auf einem gefetteten Backblech glatt streichen. Kirschen gut trocken tupfen, auf dem Teig verteilen. Im vorgeheizten Back-

ofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 30 Minuten backen. Auskühlen lassen. Kuchen quer halbieren.

**2** Konfitüre leicht erwärmen. Beide Kuchenplatten damit bestreichen. **FÜR DIE MOUSSE** Toblerone fein hacken. 100 g Sahne erhitzen. Toblerone darin schmelzen und abkühlen lassen. Mascarpone, 75 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und Rum glatt rühren. Schokoladensahne unter die Mascarpone rühren.

**3** 400 g Schlagsahne steif schlagen und unter die Mascarponecreme ziehen. Mousse auf der Konfitüre verstreichen. Beide Kuchenplatten mindestens 4 Stunden kalt stellen.

**4 FÜR DEN GUSS** 250 g Zartbitterschokolade in Stücke teilen. 250 g Sahne erhitzen. Schokolade und Kokosfett unter Rühren darin schmelzen. Guss 30–40 Minuten abkühlen lassen. Vorsichtig auf die Mousse streichen. Kuchen weitere 45 Minuten kalt stellen.

**5 ZUM VERZIEREN** Mini-Toblerone grob hacken. 250 g Sahne steif schlagen. Kuchen in Stücke schneiden. Mit je einem Sahnetuff, etwas Kakao und mit Toblerone verzieren. Eventuell mit Konfitüre beträufeln.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. +

**Wartezeit** mind. 6 Std.

**STÜCK** ca. 610 kcal · E 8 g · F 40 g · KH 51 g



### Glänzender Guss

Sahne, Schokolade und Kokosfett direkt im Topf ohne Wasserbad schmelzen. Der Guss lässt sich ohne Splintern schneiden.

## Cremige Tartufo-Tarte



Wie Trüffel-Pralinen schmiegen sich die Schokotupfen an den zart-herben Mürbeteigboden

### ZUTATEN FÜR CA. 12 STÜCKE

- ♥ 1 EL lösliches Kaffeepulver ♥ 1 EL + 75 g Puderzucker
- ♥ 200 g Zartbitterschokolade ♥ 150 g + 200 g Schlagsahne
- ♥ 250 g Mascarpone ♥ 125 g kalte Butter ♥ 1 Ei (Gr. M)
- ♥ 25 g gemahlene Haselnüsse ♥ 20 g Kakao ♥ 200 g Mehl
- ♥ Kakao zum Bestäuben ♥ Mehl zum Arbeiten ♥ Fett und Mehl für die Form ♥ Frischhaltefolie ♥ Backpapier ♥ Trockenerbsen

**1 FÜR DIE MOUSSE** Kaffeepulver, 50 ml warmes Wasser und 1 EL Puderzucker verrühren. Schokolade in Stücke teilen. 150 g Schlagsahne erhitzen. Schokolade unter Rühren darin schmelzen. Abkühlen lassen.

**2** 200 g Schlagsahne, Kaffee und Mascarpone zur Schokosahne geben und unterrühren. Schokoladencreme 3–4 Stunden kalt stellen.

**3 FÜR DEN BODEN** Butter in Stückchen, 75 g Puderzucker, Ei, Haselnüsse, Kakao und Mehl glatt verkneten. Teig in Folie wickeln und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**4** Teig auf bemehlter Arbeitsfläche durchkneten und rund (ca. 30 cm Ø) ausrollen. Eine gefettete und mit Mehl ausgestäubte Tarteform mit Hebeboden (26 cm Ø) damit auslegen. Teig mit Backpapier und Trockenerbsen belegen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/Umluft: 180°C) ca. 10 Minuten backen. Erbsen und Papier entfernen. Bei gleicher Temperatur weitere 8–10 Minuten backen. Boden auskühlen lassen.

**5** Schokosahne mit den Schneebesen des Rührgeräts dickcremig aufschlagen. Creme ca. 1 cm dick auf den Kuchenboden streichen. Restliche Schokocreme in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und dicht an dicht kleine Tupfs auf die Tarte spritzen. Tarte bis zum Servieren kalt stellen. Tarte mit Kakao bestäuben.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ¼ Std. +

**Wartezeit** ca. 4 ½ Std.

**STÜCK** ca. 440 kcal · E 6 g · F 32 g · KH 29 g



# Schokotraum- Biskuitrolle mit Baiser-Splittern

Feine Glasur und ein Herz aus luftiger Mousse lassen uns dahinschmelzen

## ZUTATEN FÜR CA. 16 SCHEIBEN

- ♥ 75 g + 100 g Zartbitterkuvertüre
- ♥ 75 g Vollmilchschokolade
- ♥ 250 g + 150 g Schlagsahne
- ♥ 4 Eier (Gr. M) ♥ Salz
- ♥ 125 g + 2 EL Zucker ♥ 75 g Mehl
- ♥ 30 g Speisestärke ♥ 20 g Kakao
- ♥ 2 TL Backpulver
- ♥ 40 g Zartbitterschokoladenraspel
- ♥ 1-2 Baiserschalen ♥ Backpapier

**1 FÜR DIE FÜLLUNG** 75 g Kuvertüre und Schokolade in Stücke teilen. 250 g Sahne erhitzen. Kuvertüre und Schokolade unter Rühren darin schmelzen. Masse ca. 2 Stunden kalt stellen.

**2 FÜR DEN TEIG** Eier trennen. Eiweiß, 4 EL lauwarmes Wasser und 1 Prise Salz mit den Schneebesen des Rührgeräts steif schlagen, dabei 125 g Zucker einrieseln lassen. Ca. 2 Minuten weiterschlagen, bis ein glänzender Eischnee entsteht. Eigelb kurz unterrühren. Mehl, Stärke, Kakao und Backpulver mischen, darübersieben. Schokoladenraspel dargeben. Alles vorsichtig unterheben.

**3** Teig auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200°C/ Umluft: 180°C) ca. 10 Minuten backen. Ein leicht angefeuchtetes Geschirrtuch gleichmäßig mit 2 EL Zucker bestreuen. Biskuitplatte daraufstürzen, Backpapier sofort abziehen. Biskuitplatte mithilfe des Tuchs aufrollen. Abkühlen lassen.

**4** Schokoladenmasse kurz mit den Schneebesen des Rührgeräts aufschlagen. Biskuit entrollen. Mousse darauf verstreichen. Biskuit wieder aufrollen.

**5 FÜR DIE GLASUR** 100 g Kuvertüre hacken. 150 g Schlagsahne erhitzen. Kuvertüre unter Rühren darin schmelzen. Glasur ca. 5 Minuten abkühlen lassen und dann die Biskuitrolle damit überziehen. Baiser grob zerbröckeln und auf der Rolle verteilen. Glasur trocknen lassen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 50 Min. +

**Wartezeit** ca. 2 ½ Std.

**SCHEIBE** ca. 280 kcal · E 5 g · F 17 g · KH 25 g

## Edler Mantel

Das Wort „Kuvertüre“ kommt aus dem Französischen und heißt so viel wie „Umschlag“ – ist sie doch perfekt zum Umhüllen!

Vorab  
probiert vom



**LeserCLUB**

„In der Weihnachtszeit würde ich dem Teig noch etwas Lebkuchengewürz zufügen. Ein Schoko-Schock im positiven Sinne!“

Bettina Hennes



## Schokobecher mit Erdnussbutter

Da können wir gar nicht die Finger von lassen. Zum Glück ist Nachschub schnell parat, denn Teig und Creme sind fix gemixt – den Rest erledigt der Kühlschrank

### ZUTATEN FÜR 15 STÜCK

- ♥ 75 g Butter ♥ 150 g Schokoladenplätzchen
- ♥ 150 g cremige Erdnussbutter
- ♥ 1 TL Honig
- ♥ 150-200 g Zartbitterschokolade
- ♥ 2-3 EL ungesalzene Erdnüsse
- ♥ Fett für das Muffinblech
- ♥ Gefrierbeutel

**1 FÜR DEN BODEN** Butter schmelzen. Schokoladenplätzchen in einen Gefrierbeutel geben, verschließen und mithilfe einer Teigrolle sehr fein mahlen. Plätzchen und Butter mischen. Bröselmasse gleichmäßig in 15 gefettete Mulden eines Mini-Muffinblechs verteilen. Brösel als Böden in die Mulden drücken

und an den Rändern hochdrücken. Muffinblech ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Erdnussbutter und Honig leicht erwärmen, glatt rühren und in den Mulden verteilen. Schokolade in Stücke teilen und schmelzen. Schokolade gleichmäßig in die Mulden verteilen und ca. 1 Stunde kalt stellen.

**3** Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen, auskühlen lassen und hacken. Schokobecher aus der Form lösen. Erdnüsse vor dem Servieren darüberstreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 25 Min. +

**Wartezeit** ca. 2 Std.

**STÜCK** ca. 220 kcal • E 4 g • F 15 g • KH 15 g

## Eine Prise Wissen

### SÜSSE TIPPS VON DER EXPERTIN

Foodstylistin  
und Konditorin  
**Anne Frier** weiß,  
worauf es beim  
Backen mit Scho-  
kolade ankommt



#### 1 Wann verwendest du Kuvertüre, wann Schokolade?

Kuvertüre enthält mehr Kakao-butter, was sie hochwertiger und fließfähiger macht. Sie ist besonders gut zum Überziehen geeignet. Schokolade mache ich mit etwas Kokosfett oder Sahne für Glasuren geschmeidig oder nehme sie für dunkle Teige.

#### 2 Warum ein Wasserbad?

Auf diese Weise schmilzt Schoki gleichmäßig und wird nicht zu heiß. Es darf jedoch kein Wasser in die Schüssel geraten, sonst wird sie klumpig und ist nicht mehr zu retten! Auch die Mikrowelle ist tabu – hier verbrennt Schokolade viel zu schnell.



#### 3 Was unterscheidet weiße, Vollmilch- und Zartbitterschokolade beim Schmelzen?

Grundsätzlich gilt: Je heller die Schokolade, desto schneller schmilzt sie. Dies liegt am höheren Milch- und Kakaobutteranteil. Weiße Schokolade schmelze ich bei höchstens 40°C, dunkle bei 45-50°C.

#### 4 Warum läuft Schokoglasur an?

Das passiert, wenn Schokolade nicht temperiert und zu heiß verarbeitet wird. Dann setzen sich die enthaltenen Kakaobutterkristalle als grauer Schleier ab. Für Glasuren empfehle ich deshalb Kuvertüre: Sie ist vortemperiert und muss nur noch geschmolzen werden. Sie sollte dabei nicht heißer als 35°C werden. Kein Thermometer da? Etwas geschmolzene Schoki an die Unterlippe tupfen. Fühlt sie sich kühl an, passt die Temperatur!

# Pflaumen-Stracciatella-Torte

Zwischen luftigem Biskuit brilliert frische Schoko-Quark-Creme. Der Clou: fruchtiges Pflaumenkompott in der Creme und als krönende Haube

## ZUTATEN FÜR CA. 16 STÜCKE

- ♥ 1 kg TK-Pflaumen ♥ 5 Eier (Gr. M)
- ♥ 175 g + 125 g + 100 g Zucker ♥ Salz
- ♥ 160 g Mehl ♥ 2 EL Kakao ♥ 1 TL Backpulver
- ♥ 200 ml + 100 ml roter Traubensaft
- ♥ 2 Päckchen Vanillezucker ♥ 1 Zimtstange
- ♥ 40 g Speisestärke ♥ 5 Blatt Gelatine
- ♥ 400 g Magerquark ♥ 100 g Mascarpone
- ♥ 200 g Schlagsahne
- ♥ 80 g + 20 g Zartbitterraspelschokolade
- ♥ Backpapier

**1 FÜR DAS KOMPOTT** Pflaumen auftauen lassen. **FÜR DEN BODEN** Eier, 175 g Zucker und 1 Prise Salz ca. 5 Minuten schaumig rühren. Mehl, Kakao und Backpulver mischen, daraufsieben und unterheben. Masse in einer mit Backpapier ausgelegten Springform (26 cm Ø) glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 35 Minuten backen. Biskuit herausnehmen und auskühlen lassen.

**2 FÜR DAS KOMPOTT** Pflaumen grob würfeln. Mit 200 ml Traubensaft, 125 g Zucker, Vanillezucker und Zimtstange aufkochen. Stärke und 100 ml Traubensaft glatt rühren und unter Rühren zu den Pflaumen geben. Aufkochen und ca. 2 Minuten köcheln. Pflaumenkompott auskühlen lassen.

**3 FÜR DIE CREME** 4 Blatt Gelatine einweichen. Quark, Mascarpone und 100 g Zucker verrühren. Sahne steif schlagen. Gelatine ausdrücken, auflösen und mit 3 EL Quarkcreme verrühren. Dann unter die restliche Quarkcreme rühren. Erst Sahne, dann 80 g Raspelschokolade unterheben. Zimtstange aus dem Kompott entfernen,  $\frac{2}{3}$  Kompott unter die Quarkcreme ziehen.

**4** Biskuit zweimal waagrecht durchschneiden. Den unteren Boden auf eine Tortenplatte legen. Einen Tortenring darumstellen.  $\frac{1}{3}$  Creme auf den Boden streichen. Zweiten Boden darauflegen

und leicht andrücken. Hälfte der restlichen Creme darauf verteilen und glatt streichen. Dritten Boden darauflegen und leicht andrücken. Restliche Creme daraufgeben und glatt streichen. Torte mindestens 2 Stunden kalt stellen.

**5** 1 Blatt Gelatine einweichen. Restliches Kompott erwärmen. Gelatine ausdrücken und im warmen Kompott unter Rühren auflösen. Kompott auf der Torte verteilen und nochmals ca. 30 Minuten kalt stellen.

**6** Torte aus dem Tortenring lösen. Torte mit 20 g Raspelschokolade bestreuen und bis zum Servieren kalt stellen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 2 Std. +

**Wartezeit** ca. 2  $\frac{1}{2}$  Std.

**STÜCK** ca. 330 kcal · E 8 g · F 11 g · KH 51 g



*Doppelt lecker*

Das süße Kompott schmeckt auch auf Frühstücksbrötchen

# Schoko-Trauben-Mandel-Kuchen

Hier stecken gleich drei Sorten Schoki drin: Vollmilch, Zartbitter und Nugat. Eine Prise Anis sorgt für Raffinesse

## ZUTATEN FÜR CA. 12 STÜCKE

- ♥ 300 g kernlose helle und dunkle Weintrauben ♥ 150 g Vollmilchschokolade
- ♥ 100 g Zartbitterschokolade
- ♥ 100 g Nugatschokolade
- ♥ 180 g weiche Butter ♥ 125 g Zucker
- ♥ 1 TL Vanilleextrakt ♥ Salz ♥ 1 TL Zimt
- ♥ 1 Msp. gemahlener Anis ♥ 3 Eier (Gr. M)
- ♥ 200 g Mehl ♥ 100 g Dinkelmehl (Type 630)
- ♥ 1 TL Backpulver
- ♥ 100 g gehackte Mandeln
- ♥ Puderzucker zum Bestreuen ♥ Backpapier

**1** Weintrauben waschen, von den Rispen zupfen und halbieren. Gesamte Schokolade in Stücke teilen und im heißen Wasserbad schmelzen. Etwas abkühlen lassen.

**2** Butter, Zucker, Vanilleextrakt, 1 Prise Salz, Zimt und Anis cremig rühren. Eier nach und nach unterrühren. Die geschmolzene Schokolade langsam unter den Teig ziehen. Beide Mehlsorten und Backpulver mischen und unter den Teig rühren. Zum Schluss Trauben und gehackte Mandeln unterheben.

**3** Teig in einer mit Backpapier ausgelegten ofenfesten Form (26x26 cm) verteilen. Im vorgeheizten Ofen (E-Herd: 180°C/Umluft: 160°C) ca. 40 Minuten backen. Kuchen herausnehmen und auskühlen lassen. Aus der Form lösen, mit Puderzucker bestäuben und in Stücke schneiden.

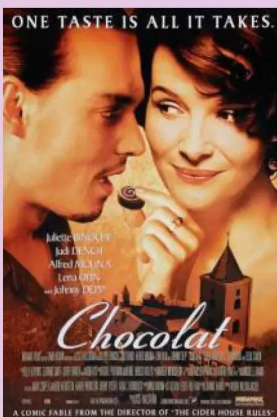
**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 1 ½ Std.

**STÜCK** ca. 480 kcal · E 9 g · F 28 g · KH 50 g

Foto: House of Food, Shutterstock, ddp, Alamy, imago/United Archives, Illustration: House of Food

## SÜSSE FILME FÜR TRÜBE TAGE

Ein paar Klassiker, dazu Schokolade und dann ab aufs Sofa. Auf diese Weise spielt das Schmuddelwetter nur noch eine Nebenrolle



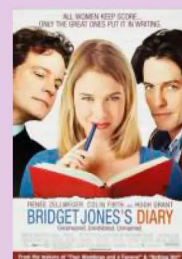
### Einfach romantisch

Lassen Sie sich von den süßen Köstlichkeiten der Chocolatière Vianne verführen. „Chocolat“; Miramax



### Wunderbar skurril

Tauchen Sie ein in Willy Wonkas buntes Schokoladenimperium. „Charlie und die Schokoladenfabrik“; Warner Bros. Entertainment



### Chaotisch, aber schön

Lachen, leiden und lieben Sie gemeinsam mit Bridget Jones. „Schokolade zum Frühstück“; Universal

# Zuckerprunk auf Wintertrunk

Leise rieselt der Kakao – und wir stimmen uns mit süßer Tassendeko langsam auf die Adventszeit ein

## Grundrezept heiße Schoki

ZUTATEN FÜR 1 L 125 g Zartbitter- und 75 g Vollmilchschokolade in Stücke teilen. 600 ml Milch kurz aufkochen. Vom Herd nehmen. 50 g Kakao, Schokolade und 75 g Zucker zugeben. Schokolade darin unter Rühren schmelzen. Heiß servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 10 Min.

### Versunkener Santa

FÜR 4 BECHER

25 g Zartbitterschokolade im heißen Wasserbad schmelzen. 8 Minimarshmallows je zur Hälfte in Schokolade tauchen, trocknen lassen. 8 weitere Minimarshmallows mit Wasser leicht anfeuchten. In 1 EL rotem Zucker (z.B. von FunCakes) wälzen, trocknen lassen. Je 1 roten Zucker- und 1 Schokomارشmallow mit etwas Schokolade zusammensetzen, trocknen lassen. 1 l heiße Schoki in Becher verteilen. 8 EL steif geschlagene Sahne darauf geben. Stiefel hineinstecken.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min. +  
Wartezeit

### Rentier-TOFFEE

FÜR 4 BECHER

8 Haselnuss-Karamell-Nugatpralinen (z.B. „Toffifee“) auf 8 Cake-Pop- oder Holzspieße stecken. 8 Minisaltbrezeln halbieren. Je 2 Hälften als Geweih vorsichtig in jede Praline stecken. 8 rote Minischokolinsen als Nase mittig andrücken. 1 l heiße Schoki in Becher füllen. Mit Rentierspiessen servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 20 Min.

### Pinguin auf Eis

FÜR 4 BECHER

1 EL Puderzucker mit 1 TL Wasser verrühren und in einen Gefrierbeutel füllen. Eine Ecke abschneiden. Auf 4 Minischokokekse mit Cremefüllung (z.B. „Oreos“) Pinguinaugen und -brust spritzen. 4 rote Zuckerherzen (insgesamt 12 Stück) als Schnabel hineinstecken. Für die Füße am Keksrand 2 Tropfen Guss spritzen. Übrige Zuckerherzen darauf setzen. Trocknen lassen. 1 l heiße Schoki in Becher füllen. 4 Kugeln Vanilleeis in die Becher verteilen. Pinguine auf die Eiskugeln setzen.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min. +  
Wartezeit

### O Schokobaum

FÜR 4 BECHER

25 g weiße Schokolade überm heißen Wasserbad schmelzen. 4 Cake-Pop- oder Holzspieße auf ein Stück Backpapier legen. Schokolade in einen Gefrierbeutel füllen. Eine Ecke abschneiden. Je ein dreieckiges Schokogitter über die oberen Stielenden der Spieße spritzen. Mit ca. 1 TL bunten Zuckerperlen bestreuen. Trocknen lassen. 1 l heiße Schoki in Becher füllen. Schokoladenbäumchen vom Papier lösen und in der Schoki servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT ca. 30 Min. +  
Wartezeit

Ho, ho, ho, das  
wärmt mir Herz  
und Nase!



# Süßer Gruß zum Schluss

## Knusprig goldene Apfel-Beignets

### ZUTATEN FÜR 20 STÜCK

- ♥ 200 ml Milch ♥ 1 Würfel (42 g) Hefe
- ♥ 500 g Mehl ♥ Salz ♥ 40 g + 2 EL Zucker
- ♥ 1 Ei (Gr. M) ♥ 75 g weiche Butter
- ♥ 4-5 Äpfel (à 150 g; z. B. Boskop)
- ♥ 3 EL Aprikosenkonfitüre
- ♥ 2 Päckchen Vanillezucker
- ♥ 1 l Öl zum Frittieren
- ♥ Mehl für die Arbeitsfläche

**1 FÜR DEN TEIG** Milch erwärmen, vom Herd nehmen. Hefe darin glatt rühren und ca. 15 Minuten ruhen lassen. Mit Mehl, 1 Prise

Salz, 40 g Zucker und Ei ca. 5 Minuten verkneten. Butter in Stückchen unterkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

**2 FÜR DIE FÜLLUNG** Äpfel schälen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Teig verkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck (ca. 25x50 cm) ausrollen. Mit Konfitüre bestreichen. Äpfel und Vanillezucker darauf verteilen. Teig von der langen Seite her fest aufrollen. In Scheiben (ca. 2,5 cm) schneiden.

**3** Öl in einem hohen Topf auf ca. 180°C erhitzen. Beignets darin portionsweise ca. 2 Minuten frittieren. Herausnehmen und gut abtropfen lassen. Mit 2 EL Zucker bestreuen.

**ZUBEREITUNGSZEIT** ca. 40 Min. +

**Wartezeit** ca. 1 ¼ Std.

**STÜCK** ca. 180 kcal · E 4 g · F 5 g · KH 28 g

### Im Fettbad

„Beignet“ ist ein Oberbegriff für Gebäck, das - mit oder ohne Füllung - frittiert wird

# Vorschau

Schlemmerpute mit  
Schmelzkartoffeln,  
Festtags-Rosenkohl  
und karamellisiertem  
Hokkaido-Kürbis

Toast-Tännchen  
caprese



## WAS GIBT'S ZU WEIHNACHTEN?

Tolle Menüs mit Geflügel,  
Filet, Fisch und auch veggie,  
dazu feine Starter und  
Traum-Desserts

Mousse au Chocolat  
mit marinierten  
Zitrusfilets



★  
IHRE NEUE  
kochen & genießen  
★  
ERSCHEINT

AM 1. DEZEMBER  
2023

### ♥ Zum Verschenken

Hausgemachter Likör, Senf und  
Schoko-Baumschmuck für die  
lieben Menschen in Ihrem Leben

### ♥ Zimt in der Küche

Verfeinert Hühnchen, Eintopf  
und Pasta. Raffiniert!

### ♥ Cocktailspaß

Cooler Party-Drinks ohne Alkohol

Gefüllt mit weißer  
Ganache



## SO GELINGEN MACARONS

Die große Kunst französischer  
Zuckerbäckerei leicht gemacht

Steak-Pfännchen mit  
Kürbis-Eisberg-Slaw und  
spanischen Kartoffeln



## RACLETTE: NEU ENTDECKT UND HEISS GELIEBT

Ein Feuerwerk an köstlich-kreativen Pfännchen-Ideen  
für ein rundum gelungenes Silvester-Essen



Luftige Himbeertorte  
„Schneeballschlacht vor  
den Toren der Stadt“

## TORTEN AUS DEM WINTER-WUNDERLAND

Von Mandarinen-Biskuit bis Früchtekuchen: Freuen Sie  
sich auf himmlische Naschereien zum Adventskaffee!



# WIR FEIERN 20 Jahre K-CLASSIC!

Jetzt mitfeiern und mit vielen ausgezeichneten Artikeln unserer Eigenmarke K-CLASSIC sparen!



**ÖKO-TEST**

K-Classic  
Backpapier Zuschnitte,  
30 Stück  
Neues Layout

**sehr gut**

ÖKO-TEST-Magazin  
11/2021



**ÖKO-TEST**

K-Classic  
Fusilli, 500 g

**sehr gut**

ÖKO-TEST-Magazin  
03/2022



**ÖKO-TEST**

K-Classic  
Bad-Reiniger Lemon,  
1000 ml

**gut**

ÖKO-TEST-Magazin  
07/2022



Weitere Infos unter [kaufland.de/k-classic](https://www.kaufland.de/k-classic)