

## Kochrezepte fürs GF ...

### Bärlauch-Erdäpfel-Auflauf

Posted by [Angelika](#) on 11. April 2013



Zutaten:

500 g speckige Erdäpfel  
1 Handvoll Bärlauch  
2 Paprikaschoten  
1 Stange Lauch  
2 Frühlingszwiebeln  
4 Eier  
250 g Sauerrahm  
200 ml Schlagobers  
1 TL Senf  
1 Pr. Muskatnuss (frisch gerieben)  
Salz  
Pfeffer  
Butter zum Ausstreichen  
Käse zum Bestreuen

#### **Zubereitung:**

Backrohr auf 180 °C einschalten.

Für den Auflauf die Erdäpfel schälen und in dünne Scheiben schneiden.

Die Bärlauchblätter mit kaltem Wasser abspülen, trocken schütteln und fein hacken.

Die Paprikaschoten waschen und würfelig schneiden, dabei Stielansatz, Kerne und Häutchen entfernen.

Lauch und Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, auch einen Teil des Grüns mitverwenden.

Für den Überguss die Eier verquirlen mit Sauerrahm, Obers und Senf gut abrühren und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Eine Auflaufform mit Butter ausstreichen, Erdäpfel und Gemüse abwechselnd hineinschichten und mit der Eiermasse übergießen. Käse grob reiben und über den Auflauf

streuen. Den Bärlauch-Erdäpfel-Auflauf im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C ca. 60 Minuten backen. Sobald der Käse Farbe angenommen hat, den Auflauf mit Alufolie abdecken.

Tipp: Für den Auflauf können Sie auch andere Gemüse verwenden z.B. Brokkoli, Zucchini, Erbsen und Kohlrabi.

---

## Frühlingszeit ist Bärlauch-Zeit

Posted by [Angelika](#) on 10. April 2013



Der **Bärlauch** (*Allium ursinum*) ist eine [Pflanzenart](#) aus der [Gattung Allium](#) und somit verwandt mit [Schnittlauch](#), [Zwiebel](#) und [Knoblauch](#).

Bärlauch wird auch **Knoblauchspinat**, **wilder Knoblauch**, **Waldknoblauch**, **Ramsen** oder **Waldherre** genannt.

### Der Bärlauch in der Küche

Der Bärlauch ist eine altbekannte Gemüse-, Gewürz- und Heilpflanze. Die Pflanze ist zwar komplett essbar, genutzt werden aber vorwiegend die Blätter oft auch mit den Stängeln, frisch als Gewürz, für Dip-Saucen, Kräuterbutter und Pesto oder ganz allgemein als Gemüse in der Frühjahrsküche.

Durch Hitzeeinwirkung werden die schwefelhaltigen Stoffe verändert, wodurch der Bärlauch viel von seinem charakteristischen Geschmack verliert. Daher wird Bärlauch meist roh und klein geschnitten unter Salate oder andere Speisen gemischt. Im Frühjahr kann Bärlauch auch den Schnittlauch oder das Zwiebelkraut ersetzen.

Bärlauch wird beim Sammeln immer wieder mit dem Maiglöckchen, den im Frühjahr austreibenden Blättern der Herbstzeitlosen oder den meist ungefleckten Blättern jüngerer Pflanzen des Gefleckten Aronstabs verwechselt. Diese drei Pflanzen sind äußerst giftig, die Vergiftungen können tödlich sein.

### Medizinische Nutzung

Im Mittelalter wurde Bärlauch als *Herba Salutaris* bezeichnet und als Arznei- und Nahrungspflanze genutzt. Ihm wurden unheilabwehrende Eigenschaften zugeschrieben.

In der [Volksmedizin](#) wird der Bärlauch heute bei Magen-Darmstörungen eingesetzt, aufgrund seiner antibakteriellen Wirkung gegen Gärungsdyspensien sowie als Karminativum.

Auch in der Naturheilkunde kommt Bärlauch als Heilmittel oft zur Anwendung. Die Heilwirkung ist den zahlreichen in ihm enthaltenen, überwiegend schwefelartigen ätherischen Ölen zuzuschreiben, die sich positiv auf Verdauung, Atemwege, Leber, Galle, Darm und Magen auswirken. Des Weiteren ergibt sich eine effektive Heilwirkung bei Arteriosklerose, Bluthochdruck und Darmerkrankungen. Zudem wirkt er Stoffwechsel anregend und wirkt sich positiv auf den Cholesterinspiegel aus und hilft zudem bei Wurmbefall.

In den nächsten Tagen gibt es hier einige Bärlauch-Rezepte.

---

## Geschnetzeltes

Posted by [Angelika](#) on 9. April 2013



### Zutaten für 3-4 Personen

ca. 1/2 kg Putenfleisch  
1-2 EL Mehl  
3 EL Olivenöl  
1/2 l Wasser oder 1/4 l Wasser und 1/4 l Schlagobers  
1/2 Kl. Salz  
1 Prise Pfeffer

### Zubereitung:

Putenfleisch klein schneiden und mit Mehl vermischen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Fleisch darin anbraten. Mit Wasser und/oder Schlagobers aufgießen. Die Speise mit Salz und Pfeffer würzen und 5 Minuten kochen lassen.

**Andere Varianten:**

**Curry-Geschnetzeltes:**

Die Soße mit 1-2 EL Curry würzen.

**Kunterbunte Pfanne:**

Tiefkühl-Mischgemüse in der Soße mitkochen.

**Tipp:** Pro Person 80 – 100 g Fleisch

**Als Beilage:** Reis oder Nudeln; gemischter Salat

---

## **Biskuitroulade gefüllt mit Bananencreme**

Posted by [Angelika](#) on 6. April 2013



**Biskuitroulade:**

4 Dotter  
4 EL heißes Wasser  
120 g Zucker  
1 P. Vanillezucker  
4 Eiklar  
80 g glattes Mehl oder Dinkelmehl  
50 g Maizena (Maisstärke)  
1 Messerspitze Backpulver

**Zubereitung:**

Backrohr auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen.

Dotter und Wasser schaumig schlagen und nach und nach 2/3 Zucker mit Vanillezucker dazugeben, solange schlagen, bis eine cremige Masse entstanden ist. Eiklar und etwas Salz zu Schnee schlagen, dann restlichen Zucker dazugeben. Dottermasse und Eiklarmasse zu einem Teig mischen und Mehl, Maizena und Backpulver daruntermischen.

Teig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen und im Backrohr backen (Backzeit: 12 Minuten)

Danach den Teig auf ein mit Staubzucker bestreutes Geschirrtuch legen, kurz einrollen und abkühlen lassen.

### **Bananencreme:**

1 Dotter  
100 g weiche Butter  
100 g Staubzucker  
1 zerdrückte Banane

3 Bananen

### **Zubereitung:**

Butter mit Staubzucker, Dotter und einer zerdrückten Banane verrühren.

Den Kuchen mit Bananencreme bestreichen, mit Bananen belegen, einrollen und – wer mag – mit Schokosauce oder Staubzucker garnieren.

## **Palatschinken mit Topfen-Nuss-Fülle**

Posted by [Angelika](#) on 25. März 2013



### **Palatschinkenteig:**

240 g Mehl  
1/2 l Milch  
3 Eier  
Salz  
Öl zum Herausbacken

### **Topfen-Nuss-Fülle:**

1 Pkg. Topfen  
20 bis 30 g Butter  
1 Ei  
20 bis 30 g Zucker  
1 P. Vanillezucker  
etwas Zitronensaft  
gehackte Walnüsse

Alle diese Zutaten gut verrühren.

### **Zubereitung des Palatschinkenteiges:**

Eier gut verquirlen, etwas Salz (ca. 1/2 Tl) dazugeben, mit Milch aufgießen und zum Schluß Mehl darunterheben und gut verrühren.

Etwas Öl in eine Pfanne geben, heiß werden lassen, einen Schöpfer Palatschinkenteig eingießen, bei guter Hitze backen, einmal vorsichtig wenden und fertigbacken.

Die Palatschinken werden mit Topfen-Nuss-Fülle bestrichen, eingerollt und mit Staubzucker angezuckert.

Anstatt der Topfen-Nuss-Fülle kann man auch eine beliebige Marmelade verwenden.

---

## **Schinken-Pilz-Strudel**

Posted by [Angelika](#) on 12. März 2013

### **Zutaten:**



2 Pkg. Blätterteig (gekauft)  
50 dag\* Champignons  
1 Zwiebel  
3 dag Butter  
1 Prise Salz  
Pfeffer  
Zitronensaft  
etwas Maisstärke (Maizena)  
30 dag Schinken  
1 verquirltes Ei

(\* 10 dag sind ~ 100 gramm)

### **Zubereitung:**

Zwiebel in Butter glasig anrösten, die nicht zu dünn geschnittenen Champignons dazugeben, würzen, kurz durchschwenken. Mit Maisstärke binden. Auskühlen lassen.

Eine Pkg. Blätterteig auf ein mit Backpapier ausgelegten Backblech auflegen, einige Schinkenblätter in der Mitte von links nach rechts legen, die ausgekühlte Champignon-Masse darauf verteilen, mit Schinkenblätter abdecken, 2. Pkg. Blätterteig darüberlegen, einschlagen, Strudel umdrehen und mit Ei bestreichen. Oberseite des Strudels mit dem Messer quer einschneiden.

Etwas rasten lassen. Bei 200 Grad gut durchbacken (ca. 20-25 Minuten).

Dazu passt Salat.

---

## **Bernadette´s Lauch-Kartoffel-Auflauf**

Posted by [Angelika](#) on 10. März 2013



**Zutaten:**

300 g Lauch  
600 g Kartoffeln  
Butter für die Form  
100 g Reibkäse  
2 EL gehackte Kräuter  
2 gestr. Teelöffel Kräutersalz  
2 gestr. Teelöffel Curry  
2 Messerspitzen Bertram  
100 g saure Sahne  
2 Eier  
1/2 Teelöffel frisch geriebene Muskatnuß

**Zum Bestreuen:**

2 EL grob gehackte Haselnüsse  
1 EL Reibkäse  
30 g Butterflocken

**Zubereitung:**

Lauch putzen und in 1 cm große Scheiben schneiden. Die Kartoffeln schälen und in kleine pommesartige Streifen raspeln. Beides mischen und in eine mit Butter eingefettete Auflaufform geben. Die saure Sahne mit den Eiern verquirlen, Käse, Kräuter, Salz und Muskatnuß beifügen und alles verrühren.

Backrohr auf 180 °C Ober- und Unterhitze einschalten.

Danach über den Lauch und die Kartoffeln gießen, den Auflauf mit einer Alufolie abdecken und für 30 Minuten ins Backrohr schieben. Danach die Alufolie entfernen und mit Reibkäse, Haselnüsse und Butterflöckchen bestreuen und noch einmal ca. 10-15 Minuten ins Rohr geben.

---

## Überbackener Lauch

Posted by [Angelika](#) on 9. März 2013

### Zutaten:



4-5 Stangen Lauch  
ca. 15 – 20 dag Schinken (z.B. Farmerschinken)

### Für die Bechamel-Sauce:

40 g Butter  
40 g Mehl  
ca. 1 Liter Milch  
Salz  
Peffer  
Muskatnuss

### Zubereitung:

Lauch in 3 Stücke schneiden, halbieren, waschen und im kalten Salzwasser ca. 10 Minuten kochen lassen.

### Bechamel-Sauce:

Butter zerlassen, Mehl dazugeben und gut durchrühren, anschließend mit Milch aufgießen, salzen, pfeffern und mit Muskatnuss würzen und solange kochen, bis die Sauce dickflüssig ist (aber Vorsicht: immer rühren, sonst brennt die Bechamelsauce an). Man kann auch nur die Hälfte Milch nehmen und die Hälfte Lauchsud.

Lauch in Schinken rollen, eine Auflaufform mit Butter bestreichen, etwas Bechamelsoße hineingeben, die mit Lauch gefüllten Schinken in die Auflaufform geben, die restliche Bechamelsoße darübergießen und mit Semmelbrösel bestreuen.

Backen bei 180 °C Wind, ca. 20 Minuten

Als Beilage serviert man gekochte Erdäpfel.

---

## Jäger-Geschnetzeltes

Posted by [Angelika](#) on 4. März 2013

### Zutaten für 4 Personen:



1/2 kg Putenfleisch  
1 Zwiebel  
250 g Champignons  
4 Karotten  
3 EL Öl  
1/4 l Wasser  
1/2 TL Salz  
1 Prise Pfeffer  
1 EL Mehl  
2 EL Sauerrahm  
1/2 Bund Petersilie

### Zubereitung:

Putenfleisch in dünne Streifen schneiden.

Zwiebel kleinwürfelig schneiden, die Champignons sorgfältig waschen, halbieren und vierteln.

Öl in der Pfanne erhitzen Fleisch darin anbraten, Gemüse dazugeben und mit Wasser aufgießen.

Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und die Speise 10 Minuten dünsten lassen.

Mehl und Sauerrahm verrühren und mit dem Schneebesen in die kochende Soße einrühren.

Zum Schluß Petersilie waschen, fein schneiden und über die fertige Speise streuen.

---

## Aniskuchen

Posted by [Angelika](#) on 3. März 2013



### Zutaten für Gugelhupfform:

3 Dotter  
2 EL heißes Wasser  
15 dag Zucker  
5 Tropfen Zitronensaft  
1 Kaffeel. Anis  
3 Eiklar  
15 dag glattes Mehl  
1 gestrichener Kaffeel. Backpulver

**Bei einer Kranzform die doppelte Menge nehmen!**

Backofen einschalten: ca. 180 °C Wind

### Zubereitung:

Dotter und Wasser mit einer elektr. Schneerute schaumig schlagen und nach und nach  $\frac{2}{3}$  des Zuckers dazugeben und zu einer cremigen Masse schlagen.

Zitrone und Anis hinzufügen. Das Eiklar zu steifen Schnee schlagen und unter ständigem Schlagen den Rest des Zuckers dazugeben.

Abwechselnd Schnee und Mehl auf die Masse geben und gut vermischen.

Die Teigmasse in eine befettete (und mit Mehl) ausgekleidete Form gießen und ca. 20 Minuten auf der untersten Schiene backen.

Zum Schluß mit Staubzucker bestreuen.

---

## Süsser Bibelkuchen

Posted by [Angelika](#) on 2. März 2013



### Zutaten:

[1,5 Tassen Deuteronomium 32,14](#)

[6 Stück Jeremia 17,11](#)

[2 Tassen Richter 14,18](#)

[1.Kön 5,2](#)

[2Tassen 1.Samuel 30,12](#)

[0,7 Tassen 1.Korinther 3,2](#)

[2 Tassen Nahum 3,12](#)

[1 Tasse Numeri 17,23](#)

[1 Prise Levitikus 2,13](#)

[3 bis 4 Teelöffel Jeremia 6,20](#)

3 Teelöffel Backpulver

### Zubereitung:

Man befolge den Spruch Salomons: [Sprüche 23,14](#)

TIPP: [ein 500-g-Richter14,18 Glas](#) (das Volumen von zwei Tassen) braucht ein Päckchen Backpulver. Der Teig ist ziemlich flüssig.

Backzeit: ca. 75 bis 90 Minuten bei 175 Grad

Grundsätzliches: Es gilt auf jeden Fall [Matthäus 19,12](#). Und wenn es ans Kuchenessen geht, gilt [Lukas 14,12-14](#).

[Deut 32,14](#) 1,5 Tassen Butter

[Jer 17,11](#) 6 STK Eier

[Ri 14,18](#) 2 Tassen Honig

[1.Kön 5,2](#) 4,5 Tassen Weizengries

[1.Sam 30,12](#) 2 Tassen Rosinen

[1.Kor 3,2](#) 0,7 Tassen Milch

[Nah 3,12](#) 2 Tassen Feigen

[Num 17,23](#) 1 Tasse Mandeln

[Lev 2,13](#) 1 Prise Salz

[Jer 6,20](#) 3-4 TL Gewürzrohr

3 TL Backpulver

### Zubereitung

:

[Spr 23,14](#) Schlagen

### Tipps:

[Ri 14,18](#) 500g Glas Honig  
braucht ein P. Backpulver

### Backzeit

:

75-90 min

175 Grad

### Grundsätzliche

s

[Mt 19,12](#) fassen

[Lk 14,12-14](#) Arme einladen

---

## Pizza

Posted by [Angelika](#) on 26. Februar 2013

### Zutaten:



500 g Mehl glatt oder Dinkelmehl  
1/2 Würfel Germ  
1/4 l lauwarmes Wasser  
1 Kaffeelöffel Salz  
1 Prise Zucker  
1/16 l Öl und etwas Wasser

### Belag:

Schinken, Mais, Zwiebel, Käse, Paprika, Tomaten, Thunfisch ...

### Zubereitung:

Mehl in eine Rührschüssel geben, eine Grube machen, Germ hineinbröseln, etwas lauwarmes Wasser dazugeben, Salz an den Rand und Germ aufgehen lassen (ca. 1/4 Stunde).

Zucker, Öl und restl. Wasser während des Rührens dazugeben und solange rühren, bis der Teig glatt ist und sich von der Schüssel löst. Wieder ca. 1/2 Stunde gehen lassen.

Backblech mit Butter bestreichen, Teig daraufgeben, mit etwas Öl bestreichen und beliebig belegen.

Backen bei 200 °C, Ober- und Unterhitze, ca. 1/2 bis 3/4 Stunde backen.

---

## Apfelkuchen

Posted by [Angelika](#) on 23. Februar 2013

### Zutaten:



3 Eier (ca. 18 – 20 dag)  
3 Eischwer Zucker  
3 Eischwer Mehl  
1 Kaffeelöffel Backpulver  
1 Eischwer (ca. 6-7 dag) zerlassene Butter

Äpfel in Spalten geschnitten  
grob gehackte Walnüsse oder Mandelsplitter

### Zubereitung:

Butter zerlassen, Eier und Zucker gut rühren, Butter dazugeben, Mehl und Backpulver unterheben. Der Teig ist nicht flüssig, sondern leicht fest.

Äpfel schälen, spalten, die Seite der gebogenen Äpfel mit einer Gabel einritzen (es entstehen Linien) und auf den Teig setzen.

Mit grob gehackten Walnüssen oder Mandelsplitter verzieren.

Backen bei 180 °C Ober- und Unterhitze, Mittelschiene, ca. 30 Minuten.

Für einen Blechkuchen braucht man die doppelte Menge des Teiges.

Man kann auch statt der Äpfel Pfirsiche, Birnen oder Marillen verwenden.

---

## Topfen-Bananen-Creme

Posted by [Angelika](#) on 21. Februar 2013

### Zutaten:



- 2 reife Bananen
- 500 g Magertopfen
- 1 Becher Natur-Joghurt (cremig)
- 2 EL Zucker
- 3 EL Zitronensaft
- 4 EL geraspelte Schokolade

### Zubereitung:

Bananen schälen und in kleine Stücke schneiden, Zitronensaft dazugeben und mit dem Pürierstab pürieren.

Zucker, Schokoraspeln, Topfen und Joghurt dazugeben und alles gut vermischen.

Vor dem Servieren mit Schokoraspeln garnieren.

---

## Scheiterhaufen

Posted by [Angelika](#) on 19. Februar 2013



**Zutaten:**

10 alte Semmeln  
¾ – 1 l Milch  
1 Prise Salz  
3 Eier  
70 g Zucker  
Zitronenschale  
¾ kg Äpfel  
40 g Rosinen  
40 g Butter

**Zubereitung:**

Semmeln in dünne Scheiben schneiden, Äpfel schälen und schnitzeln. Milch, Salz, Eier Zucker und geriebene Zitronenschale verquirlen, einen Teil über die Semmeln gießen, in die gefettete Auflaufform abwechselnd eine Schicht eingeweichte Semmeln und eine Schicht geschälte, geschnittene Äpfel und die gewaschenen Rosinen hineingeben. Am Schluss eine Schicht Semmeln, den Rest der Eiermilch darüber gießen, mit Butterflocken belegen und für 45 Min. bei 200° backen.

---

## Möhren-Kartoffel-Rösti mit Joghurtsauce

Posted by [Angelika](#) on 19. Februar 2013



**Zutaten:**

500 g vorwiegend fest kochende Kartoffeln  
400 g Möhren  
2 Eier  
2 EL Mehl  
Salz  
Pfeffer aus der Mühle  
4 EL Haselnüsse gemahlen  
2 EL Petersilie, fein gehackt  
300 g Jogurt  
Butterschmalz oder Öl

### **Zubereitung:**

Kartoffeln und Möhren schälen und grob raspeln.  
Mit Eiern und Mehl verrühren sowie mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.

Nüsse in einer Pfanne **ohne Fett** anrösten, bis sie zu duften beginnen. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen.

Nüsse und Petersilie mit dem Jogurt verrühren, salzen und pfeffern.

In einer großen Pfanne etwas Butterschmalz oder Öl erhitzen, je Rösti 1 EL Teig hineingeben, flachdrücken und jede Seite 3-4 Minuten goldbraun braten.

Fertige Rösti im Backofen bei 70 Grad warm halten.

Rösti mit der Jogurtsauce auf Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: 30 Minuten

---

## **Tomatensoße**

Posted by [Angelika](#) on 18. Februar 2013



#### Zutaten

2 EL Olivenöl  
1 große Zwiebel fein geschnitten  
1 Knoblauchzehe gepresst  
1/2 Bund Petersilie gehackt  
10 Basilikumblätter gehackt  
800 Gramm geschälte Dosentomaten  
Salz, Pfeffer, etwas Zucker, Oregano

#### Zubereitung

Öl erwärmen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen  
Petersilie, Basilikum und Tomaten begeben, etwas aufgießen  
15 Minuten einkochen lassen  
Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, gegen Ende der Kochzeit Oregano dazugeben  
Mindestens 1/2 Stunde köcheln lassen

#### Tipp

Die Tomatensoße passt z.B. zu Nudeln, gefüllten Paprika, Tortellini

---

## **Gründonnerstags-Brezen**

Posted by [Angelika](#) on 18. Februar 2013



#### Zutaten

Fastenbrezen (so viel mal will; die Fastenbrezen bekommt man beim Bäcker)  
Staubzucker  
heißes Wasser  
bräunliche Butter

### **Zubereitung:**

Die Fastenbrezen werden in Stücke gerissen und in eine große Schüssel gegeben. Darüber streut man Staubzucker (so viel man will), gießt heisses Wasser darüber (nicht viel, die Brezen dürfen nicht im Wasser schwimmen, sondern nur befeuchtet sein) und lässt diese einige Minuten einweichen, bis sie nicht mehr hart sind. In der Zwischenzeit wird die Butter (Menge je nach Belieben) in einem Topf so lange geschmolzen, bis sie eine bräunliche Farbe annimmt und einen nussigen Geschmack hat (Vorsicht: die Butter darf nicht verbrannt sein).

Diese bräunliche, nussige Butter gießt man anschließend über die mit Wasser eingeweichten Brezen.

---

## **Dampfnudeln**

Posted by [Angelika](#) on 17. Februar 2013



### **Zutaten:**

500 g Mehl  
Prise Salz  
bis ¼ l lauwarme Milch  
1 Pck. Trockenhefe  
1-2 Eier (*Zimmertemperatur*)  
50 g Zucker  
Zitronenschale

1 Pck. Vanillesoße  
(für den Topf) 40 – 80 g Fett  
¼ l Milch  
20 g Zucker  
1 Prise Salz  
500 g Apfelschnitze

### **Zubereitung:**

Mit dem Mehl die Trockenhefe, Prise Salz und Zucker vermengen.  
Dann Eier mit Zitronenschale verquirlen und abwechselnd mit der lauwarmen Milch in die Mehlmasse geben und gut durchkneten.  
Backofen leicht anwärmen und den Teig darin eine Viertelstunde gehenlassen.  
Nochmals gut durchkneten und auf doppelte Größe gehen lassen (*ca halbe Stunde*)

In der Zwischenzeit Äpfel schälen und schnitzeln. In den Topf Fett, Milch und Zucker geben, verrühren und leicht anwärmen.  
Zum Schluss die Apfelschnitze dazugeben und warmhalten. (*Nicht heiss – der Hefeteig mag es warm und keine Zugluft*)

Nun von dem gegangenen Teig Eßlöffelweise Teig abstechen und in den warmen Topf setzen. Deckel drauf und gut verschließen. (*Hab ihn festgebunden*) Am besten ist eine feuerfeste Glasform mit Deckel. Herd solange auf höchste Stufe stellen bis man es sprudeln hört, dann auf die Hälfte zurückschalten, so dass es leise weiterköchelt. Etwa eine halbe Stunde bis die Nudeln zu „singen“ „krachen“ anfangen. (bekommt Kruste) Während der Kochzeit darf der Deckel nicht abgenommen werden. Am Ende den Deckel vorsichtig abnehmen, damit die Wassertropfen nicht auf die Dampfnudeln fallen.

In der Zwischenzeit kann man die Beilagen richten. Vanillesoße, Apfelkompott, am besten roh, (*Äpfel im Mixer pürieren mit Mineralwasser und etwas Zitronensaft und Zucker*)  
Gut schmeckt auch Gurkensalat dazu.  
Ist die Dampfnudel auf dem Teller gießt man Vanillesoße darüber.

Will man Dampfnudeln mit Kruste, muss man die Äpfel weglassen, oder nur wenig Apfelschnitze in den Topf geben.

---

## **Milchreis – Dessert**

Posted by [Angelika](#) on 17. Februar 2013



**Zutaten:**

250g Milchreis  
1l Milch  
1 Prise Salz  
3 Eßl. Zucker  
gedünstete Äpfel oder  
1 Glas Himbeeren  
Schlagsahne  
Semmelbrösel  
10 Minzblätter für die Apfelspeise

**Zubereitung:**

Milchreis mit 1l Milch und 1 Prise Salz unter Rühren aufkochen, weg vom Herd und 30 min quellen lassen 3 Essl. Zucker darunter rühren.  
Semmelbrösel in Butter goldbraun rösten mit ½ teel. Zimt würzen.  
Minzeblätter fein hacken und mit dem Apfelkompott mischen.  
Zum Schluss die geschlagene Sahne unterheben, in Dessertschüssel füllen und die Äpfel mit den Semmelbröseln auf dem Kompott verteilen.  
Oder Himbeeren statt den Äpfeln auf dem Reis verteilen.

---

## Brigitta's Herbstmilch

Posted by [Angelika](#) on 10. Februar 2013



**Zutaten:**

1 1/2 l Wasser  
1 Teel. Salz 1 Becher Buttermilch  
2 EL Mehl  
1 Becher Sahne  
alte Brotwürfel  
7 kleine Kartoffeln

### **Zubereitung:**

Kartoffeln waschen – ungeschält im Backrohr weich braten (200 °C).  
Wasser mit Salz aufkochen lassen.  
2 EL Mehl im Becher Buttermilch auflösen.  
Zusammen in das kochende Salzwasser geben – einige Minuten aufkochen lassen.  
Topf von der Herdplatte nehmen und den Becher Sahne dazugießen – nicht mehr kochen.  
Wenn die Kartoffeln weich gebraten sind – zur Hälfte durchschneiden, mit dem Löffel das Innere rausnehmen und auf einen separaten Teller geben – salzen.  
Die Suppe in den Teller geben und dazu die Brotwürfel und Kartoffeln.

---

## **Brigitta´s geröstete Kartoffeln**

Posted by [Angelika](#) on 9. Februar 2013



### **Zutaten:**

7 Kartoffeln  
1 große Zwiebel  
Sonnenblumenöl  
Spur Knoblauch

### **Gewürze:**

Aus Paprika, Basilikum, Majoran, Salz, wenig Muskatnuss, ein wenig geriebenen Sellerie und Knoblauch eine Gewürzmischung machen.  
3 Basilikumblätter.

### Zubereitung:

Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden – auf ein Geschirrtuch legen und trocknen lassen.

Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in der Pfanne mit etwas Öl goldgelb backen, herausnehmen.

Noch Öl in die Pfanne und die Kartoffelscheiben beidseitig goldgelb backen.

Zwiebel und die Gewürzmischung unterheben.

Zum Schluss mit geschnittenen Basilikum bestreuen.

Zugedeckt etwas ziehen lassen.

Wer Bratenreste hat, kann sie auch dazugeben.

Mit Salat servieren.

---

## Schokopudding auf Rum-Banane mit Zimt-Obers

Posted by [Angelika](#) on 7. Februar 2013



### Zutaten für 4 Portionen:

4 reife Bananen  
4 EL Kristallzucker  
Saft von 1 großen Orange (ca. 125 ml)  
1 Fläschchen Rumaroma  
500 ml Milch  
1 Pkg. Schokopudding  
125 ml Schlagobers  
1 Pkg. Vanillezucker  
Prise Zimt

### Zubereitung:

Bananen schälen und in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden.

2 EL Zucker in einen Topf geben, zu Karamell schmelzen, Bananen zugeben, gut durchschwenken, mit Orangensaft ablöschen und bei geringer Hitze 2 – 3 Minuten köcheln lassen. Wenn die Bananen weich sind, von der Hitze nehmen.

Rumaroma zugeben und auf vier Gläser verteilen.

3 EL Milch mit Zucker und Puddingpulver glatt rühren, restliche Milch in einem kleinen Topf erhitzen, Pudding laut Packungsanweisung zubereiten und über den Rum-Bananen verteilen.

Überkühlen lassen und 2 – 3 Stunden kalt stellen.

Schlagobers halbsteif aufschlagen, Vanillezucker und Zimt zugeben, über der Puddingmasse in den Gläsern verteilen.

---

## Stielseintopf

Posted by [Angelika](#) on 1. Februar 2013



Stielseintopf

10 Kartoffeln

250 g tiefgekühltes Stielmus

etwas Salz

Muskatnuss (gemahlen) nach Bedarf

50 – 100 ml Sahne

1 – 2 Teel. Speisestärke

Zubereitung:

1. Kartoffeln würfeln und mit dem Stielmus in Salzwasser kochen.
2. Muskatnuss (nach Geschmack) und Sahne dazugeben und kurz köcheln lassen.

3. Die Speisestärke in etwas kaltem Wasser auflösen und dann zu der Kartoffelmasse geben. Soviel, bis dass der Eintopf

eine schöne Konsistenz hat.

---

## Wurstknödel

Posted by [Angelika](#) on 31. Januar 2013



**Zutaten für 4 Personen:**

200 g Semmelwürfel  
200 g Hartwurst (Wiesbauer Polnische Spezial Wurst)  
200 g Mehl  
Salz, Muskat  
2 Zwiebeln  
Petersilie  
Schnittlauch  
3 Eier  
ca. 200 ml Milch

### **Zubereitung:**

Kleingeschnittene Zwiebeln, Petersilie und Schnittlauch in etwas Butter andünsten und auskühlen lassen. Wurst in kleine Würfel schneiden, zusammen mit den Semmelwürfeln, Mehl, Salz und Muskat in eine Schüssel geben. Ausgekühltes Zwiebel-Gemisch über die Semmelmasse geben. In einem 1/2-Liter-Gefäß Eier aufschlagen und mit Milch auffüllen. Über die Semmelmasse gießen und vorsichtig unterrühren. Hände anfeuchten und Knödel formen. In kochendem Salzwasser ca. 25 Min. garen.

Man kann die Knödel mit einer Rind- oder Gemüsesuppe servieren oder man gießt etwas geschmolzene bräunliche Butter über die Knödel und bestreut sie mit Schnittlauch.

### **EXTRA-TIPP:**

... wenn etwas übrig bleibt: Die Wurstknödel in Würfel schneiden, Fett in einer Pfanne erhitzen und mit verquirltem Ei übergießen. Eine weitere tolle Mahlzeit

---

## Schnittlauchsauce

Posted by [Angelika](#) on 29. Januar 2013



### Zutaten:

3 hartgekochte Eidotter  
2 rohe Eidotter  
1/4 l Öl  
2 Semmeln, entrindet, in Wasser geweicht  
1 Bund Schnittlauch, fein gehackt  
Essigwasser, Zitronensaft  
Salz, Zucker

### Zubereitung:

Die hartgekochten passierten Eidotter mit den rohen Eidottern gut verrühren, würzen, die passierten Semmeln begeben, tropfenweise das Öl einrühren.

2 EL Schnittlauch dazugeben, mit Essigwasser und den restlichen Gewürzen zur Saucenkonsistenz verdünnen, abschmecken.

Die fertige Sauce mit dem restlichen Schnittlauch bestreuen.

---

## Kohllaibchen mit Speck

Posted by [Angelika](#) on 29. Januar 2013

### Zutaten:



70 dag Kohl  
10 dag Rauchspeck oder ähnliches, kleinwürfelig geschnitten  
10 dag Zwiebel, fein geschnitten  
2-3 EL Öl  
1 Ei  
4 dag Mehl  
Semmelbrösel  
Öl oder Butter zum Rösten und Braten  
Salz, weißer Pfeffer, Muskatnuss

### Zubereitung:

Kohl putzen, vierteln, mit dem Strunk in Salzwasser kernig kochen; abkühlen, Strunk entfernen, Kohlvierteln klein hacken, Kohl ausdrücken (wer eine elektrische Raspelmaschine hat, wird der Kohl feiner und lässt sich dann besser zu Laiberl formen)

Öl in Pfanne erhitzen, Zwiebel und Speck anrösten, zu gehacktem Kohl, Ei und Mehl geben, vermengen, würzen, mit Semmelbröseln binden.

Laibchen formen, in Fett herausbraten.

Dazu serviert man Salzkartoffeln und Schnittlauchsauce (siehe Saucen bei Mittagessen)

---

## Brigittas Lasagne

Posted by [admin](#) on 29. Januar 2013



Zutaten:

250 g Lasagnenudeln, nicht gekocht  
1 große Zwiebel  
evtl. 2 Zehen Knoblauch  
1 Dose geschälte Tomaten ohne Soße  
375 g Hackfleisch  
1 kleine Dose Tomatenmark  
Kräuter der Provence  
Oregano  
Salz  
2 Pck. Helle Soße oder Butter Mehlschwitze  
200 ml Sahne  
2 Beutel Streukäse Emmentaler

Zubereitung:

Zwiebel in Öl anbraten, Hackfleisch gut würzen und anbraten, Dose gestückelte Tomaten und Tomatenmark dazu, und mit Gewürze nicht sparen, mit Salz abschmecken.  
Evtl. noch Knoblauch - fein schneiden, zerdrücken. Alles darunter rühren 10 -15 Min.  
köcheln lassen.

In der Zwischenzeit 2 Pck helle Soße im Extratopf fertigmachen, 1 Beutel Streukäse darunter heben und am Schluss die 200ml Sahne darunter rühren.

Bratraine fetten; Eine Schicht helle Soße. Die breiten Nudeln (*nicht gekocht*) darauf legen und eine Schicht Hackfleischsoße darauf. Dann wieder helle Soße, die nächste Schicht Nudeln, Hackfleischsoße schön verteilen und wieder helle Soße usw.

Die letzte Schicht helle Soße dann obendrauf noch den Beutel Streukäse. Ab in das vorgeheizte Ofenrohr 45 Minuten bei 180 Grad

---

## Brigitta's Championsuppe mit Knödel

Posted by [admin](#) on 26. Januar 2013



Zutaten(1):

250 g Champions  
Butter zum rösten  
1 Zwiebel  
2 Esslöffel Mehl  
1 Liter Gemüsebrühe  
ein paar Blätter Maggikraut  
ein paar Blätter Petersilie  
1 Becher Sahne wenn geschlagen (zur Dekoration) ansonsten einen Schuß Sahne

Zutaten(2): Semmelknödel:

10 alte harte Semmeln oder Knödelbrot vom Bäcker  
halber teel. Muskatnus  
3/8l warme Milch  
1 große Zwiebel  
2 Eier  
etwas Mehl  
Petersilie

Zubereitung(1):

Champions hobeln in Butter gut anbraten. Zwiebel fein schneiden und in einer Pfanne ebenso gut rösten. Butter in einem Topf zerlassen Mehl einrühren. Mittelfarbene Einbrenne herstellen und mit Gemüsebrühe aufgießen, Champion und Zwiebel in die Brühe einrühren, 15 Min. garen.

Mit Sahne verfeinern. Evtl mit geschlagener Sahne verzieren. Maggikraut, Petersilie je nach Geschmack. Dazu Semmelknödel in die Suppe!

Zubereitung(2):

Semmeln fein aufschneiden.. (geht gut mit Brotmaschine); salzen, Muskatnuss drüberstreuen, mit warme Milch übergießen, zudecken und ziehen lassen.

Zwiebel fein schneiden und gut in etwas Butter rösten, Eier verquirlen und über die Semmeln geben. Ein bisschen Mehl drüberstauben, Petersilie fein schneiden .

Alles zu einem Teig verarbeiten.

Zu Knödeln formen (Ist der Probeknödel zu weich, dann noch Semmelbrösel dazugeben). Die Knödeln in kochendes Salzwasser legen, zugedeckt zum kochen kommen lassen, dann halb zugedeckt 20 Min.! leise kochen lassen (nicht sprudeln). Wenn sie oben schwimmen sind sie fertig. Knödel zum Aufbewahren nicht im Wasser liegen lassen, sonst werden sie matschig.

---

## Bruder's schnelle Röstsuppe

Posted by [admin](#) on 25. Januar 2013



100gr. feine Nudeln

1-2 kleingehakte geröstete Zwiebeln  
150 gr. gemischtes Gemüse  
3 große Tassen Wasser  
Prise Salz  
2 Eier

Zubereitung:

(vorbereitung): Zwiebeln kleine Würfeln in Olivenöl anrösten, das Gemüse alldente kochen.

Ebenso die noch getrockneten feine Nudeln anrösten – je nach belieben (gold bis hellbraun), dann mit dem Wasser ablöschen, Zwiebel und Gemüse hinzufügen, etwas salzen.

Wenn die Nudeln 3 – 5 Minuten aufgekocht sind, zwei Eier einrühren.

Fertig. Also, die Portion reich für 2 Personen, je nach dem ... für mich reicht alleine 😊  
ggf. abschmecken mit feiner Brühe. Wenn nicht gerade fleischlose Zeit ist, kann man Mettwurstchen, geräucherte Speckscheiben hinzufügen.

---

## Brigitta's Brotsuppe

Posted by [admin](#) on 25. Januar 2013



Hauchdünne Scheiben Brot in den Teller geben.

Zwiebeln in Butter braun rösten und über das Brot streuen.

Mit heißer Gemüsebrühe aufgießen. Evtl. Maggikraut/ Knoblauch oder/und Meerrettich noch dazu hineingeben.

Fertig.

Außer Freitag, eß ich gerne Weißwürste dazu.

---

## Krautroulade

Posted by [Angelika](#) on 24. Januar 2013



*Zutaten (für 8 Rouladen)*

- 1 Weißkrautkopf
- 2 EL Butter
- 500 g gemischtes Faschiertes
- 200 g gekochter Reis
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Ei
- 8 Scheiben Frühstücksspeck

1/2 l Rindsuppe  
1/2 l Saurerahm

*So geht´s:*

Krautkopf von Außenblättern und Strunk befreien. In Salzwasser kochen, 8 Blätter ablösen. Das restliche Kraut fein schneiden und in eine eingefettete, feuerfeste Form geben. Die großen Blätter flach ausbreiten, glätten, salzen und pfeffern. Für die Füllung Fleisch, Reis, Zwiebel und Ei verrühren und gleichmäßig auf die 8 Krautblätter verteilen und einrollen. Nach der Hälfte des Zusammenrollens die seitlichen Enden einschlagen und fertig einrollen.

Die Krautwickel in die Form geben, mit Speck belegen und die Rindsuppe hinzufügen.

Bei 200 °C ca. 40 Minuten im vorgeheizten Rohr dünsten, mit Sauerrahm übergießen und weitere 10 Minuten garen.

Als Beilage passen Erdäpfel.

---

## **lustige Obstkreationen**

Posted by [Angelika](#) on 24. Januar 2013



*Obstpalme*

(kreiert von Tochter Magdalena)

Zutaten:

1 Banane  
1 Kiwi

1 Mandarine  
etwas Orangensaft  
Walnüsse (wer möchte)

oder

### **andere Variation**

(kreiert von Sohn Tobias)



1 Mandarine  
1 Apfel  
etwas Orangensaft  
Nüsse

## **Schinken-Makkaroni-Auflauf**

Posted by [Angelika](#) on 21. Januar 2013



Zutaten (für 2 Personen)

125 g Makkaroni (oder Dralli) in Salzwasser kochen  
100 g Schinken(-wurst)  
-streifen  
1 kleine Zwiebel  
½ Becher Schlagobers

2        Dotter  
80 g     geriebenen Käse (Emmentaler oder anderer Hartkäse)  
1 Essl. gemischte Kräuter  
Zubereitung

Nudeln weichkochen. Zwiebel und Schinkenstreifen in etwas Öl anrösten und mit den Nudeln vermengen. In eine Auflaufform geben und mit dem geriebenen Käse und den Kräutern bestreuen. Schlagobers und Dotter verrühren und die Nudeln übergießen.

Tipp: Die Nudel mit Tomatenscheiben belegen und mit Oregano bestreuen.

Das Ganze im Rohr überbacken!

---

## Ananas-Kokosmatte

Posted by [Angelika](#) on 21. Januar 2013



Ananas-Kokosmatte

### Zutaten

#### Rührteig:

250 g weiche Butter  
150 g Staubzucker  
1 Pkg. Vanillin-Zucker  
5 Eier  
150 g erweichte Bitterschokolade  
150 g geröstetes Kokossette  
250 g gesiebttes griffiges Mehl  
1 KL Backpulver  
300 g abgetropfte Kompott-Ananasstücke

Guss:

200 g klein geschnittene Bitterschokolade  
1/8 l Schlagobers

Zum Bestreuen und Verzieren:

50 g geröstetes Kokosette  
160 g abgetropfte Kompott-Ananasstücke

Zubereitung

1. Butter mit Staubzucker und Vanillin-Zucker schaumig rühren. Die Eier nach und nach dazugeben. Die Schokolade kurz unterrühren.  
Kokosette mit Mehl und Backpulver gut vermischen und mit den Ananasstücken unterheben. Den Teig gleichmäßig auf ein befettetes Backblech (30 x 35 cm) streichen. Das Blech in die untere Hälfte des vorgeheizten Rohres schieben.

Backtemperatur:

Strom: vorheizen und backen bei 180 Grad

Gas: vorheizen und backen bei 3

Backzeit: ca. 30 Minuten

2. Für den Guss Schokolade mit Schlagobers unter Rühren erhitzen, bis die Schokolade aufgelöst ist. Unter mehrmaligem Umrühren zu dicklicher Konsistenz abkühlen lassen. Den Guss gleichmäßig auf den erkalteten Kuchen streichen.

3. Den Kuchen mit Kokosette bestreuen und mit Ananasstücken verzieren.

---

## Spaghetti-Pizza

Posted by [Angelika](#) on 21. Januar 2013



Zutaten für 3 Personen:

20 dag Spaghetti  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Becher Schlagobers  
ca. 10 – 15 dag Schinken  
3 dag Butter  
Oregano

Zubereitung:

Backofen auf 200 °C vorheizen.  
Nudeln in Salzwasser kochen, in einer gefetteten Auflaufform - gut abgetropft – verteilen.  
Schinken in Streifen schneiden und auf die Nudeln verteilen, salzen, 2 Prisen Oregano darüberstreuen.

Sauce:

Gewürfelte Zwiebeln in Fett glasig rösten, mit Obers aufgießen, Knoblauch dazu, salzen, pfeffern und einmal aufkochen lassen.

Sauce auf die Pizza verteilen und auf der mittleren Schiene, ca. 15 – 20 Minuten überbacken.

---

## Angelika´s selbstkreatives Frühstücksmüsli

Posted by [Angelika](#) on 3. Januar 2013



**Zutaten:**

Haferflocken (beliebige Menge)  
kalte oder warme Milch  
einige Tropfen Zitronensaft  
einige Tropfen Stevia zum Süßen  
1 Banane  
1 – 2 EL geriebene Nüsse (Walnüsse, Mandeln ...)

### **Zubereitung:**

Haferflocken in eine Müsli-Schüssel geben und mit Milch bedecken, einige Zeit rasten lassen (damit die Haferflocken weicher werden), anschließend gebe ich Zitronensaft und Stevia dazu und rühre es gut durch. Die Banane schneide ich in Scheiben oder in kleine Stückchen und gebe sie zum Müsli dazu. Zum Schluß streue ich noch geriebene Nüsse darüber.

Diese Art von Müsli liebe ich, weil es einfach und schnell geht.

---

## **Zwiebelkuchen mit Speck**

Posted by [Angelika](#) on 2. Januar 2013



Zutaten

400 g Mehl  
1 Würfel Hefe  
1 Prise Zucker, Salz  
200 ml lauwarme Milch  
50 g weiche Butter  
1 kg Gemüse [zwiebeln](#)  
3 EL Öl  
1/8 l Weißwein  
150 g durchwachsener Speck  
1 Knoblauchzehe  
1 Zweig Salbei  
3 Eier  
1 Pr. Cayennepfeffer  
1 TL getrockneter Rosmarin  
100 g saure Sahne  
2 EL Semmelbrösel  
150 g geriebener Käse

### Zubereitung

Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineinbröckeln. 1 Prise Zucker, Milch, Butter und 1 TL Salz zugeben. Alles zu einem Teig kneten und diesen zugedeckt bei Raumtemperatur etwa 40 Minuten gehen lassen.

Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Die Zwiebelringe im heißen Öl glasig werden lassen, dann den Wein angießen und die Zwiebelringe etwa 15 Minuten dünsten.

Den Speck würfeln und ausbraten. Knoblauch schälen, hacken, mit 1 TL Salz bestreuen, zerdrücken. Salbei waschen, die Blätter klein schneiden.

Backofen auf 200 °C vorheizen. Backblech mit Öl bepinseln. Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen. Auf das Blech legen, dabei einen Rand formen.

Eier, Cayennepfeffer, Knoblauch, Salbei, Rosmarin, saure Sahne und Semmelbrösel verquirlen und unter die Zwiebeln mischen.

Die Zwiebelmasse auf den Teig streichen, die Speckwürfel und den Käse darüber streuen. Den Kuchen im Ofen (Umluft 180 °C) etwa 40 Minuten backen.