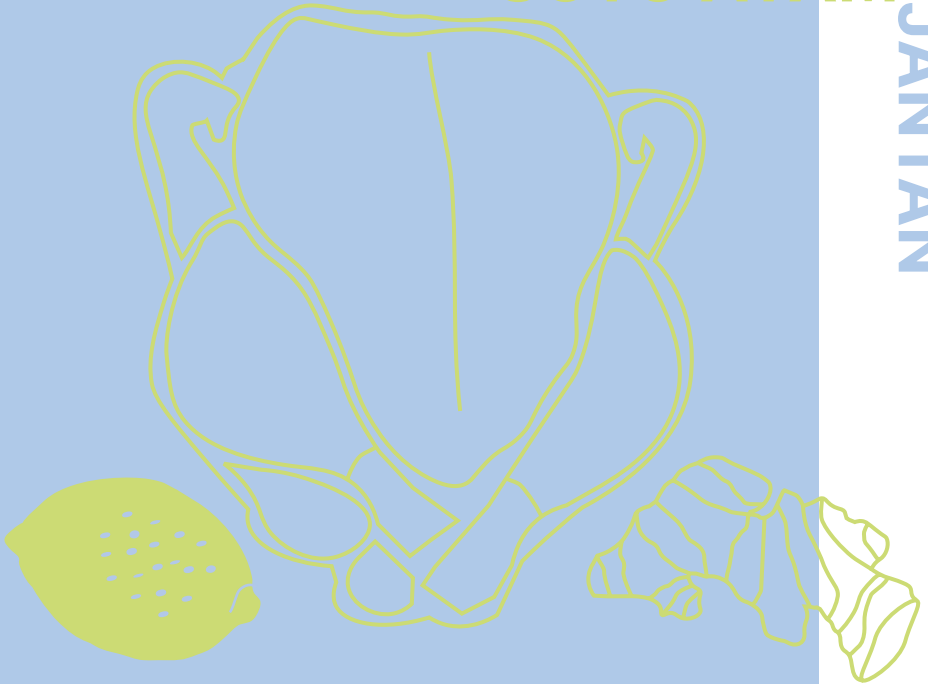


SOTO AYAM

JANTAN



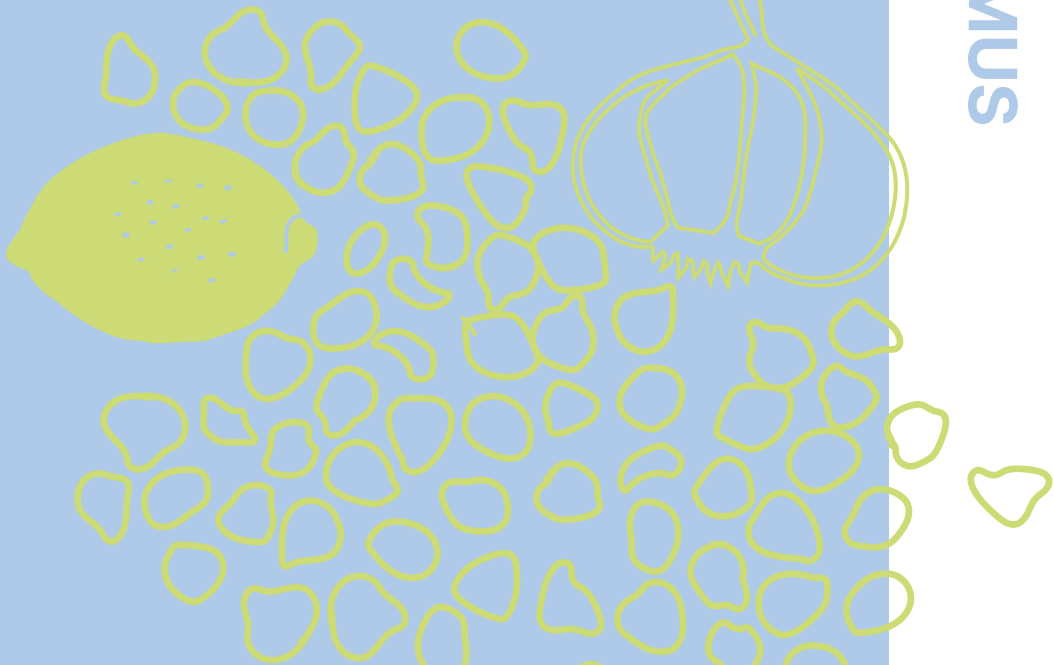
SOTO AYAM JANTAN

1 Stück Ingwer	Chili
3 Stängel Zitronengras	1/2 Teelöffel Kurkuma
800g Suppenhuhn	400ml Kokosmilch
50g Glasnudeln	4 Esslöffel Zitronensaft
5 Zitronenblätter	4 Esslöffel Röstzwiebel

Ingwer schälen und raspeln. Zitronengras in Stücke schneiden. Das Huhn in Wasser geben und Ingwer + Zitronengras + Zitronenblätter hinzugeben. Salzen. Alles köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist. Brühe abseien, Fleisch auslösen. Brühe + Fleisch in Suppe geben. Kurkuma + Zitronensaft + Kokosmilch hinzugeben. Glasnudeln mit heißem Wasser übergießen und hinzugeben. In Schälchen füllen und Zwiebel darüber geben.

Reis als separate Beilage nach Belieben servieren.

HUM MUS



SEVIS HUMMUS

SEVIS

Kichererbsen

Knoblauch

Frischer Zitronensaft

Olivenöl

Salz

Tahin

Kreuzkümmel

Am Tag vor der Zubereitung: Kichererbsen in kaltes Wasser einlegen. Eingelegte Kichererbsen in einem Topf mit warmem Wasser für eine Stunde köcheln lassen. Knoblauch hinzufügen und eine weitere Stunde köcheln lassen. Die Masse durch einen Fleischwolf pressen oder zerstampfen. Nach eigenem Maß und Belieben Kreuzkümmel + frisch gepressten Zitronensaft + Olivenöl + Salz + Tahin hinzufügen und mixen.

ROTE RÜBEN

PÜREEE



ROTE RÜBEN PÜREE MIT GESCHMACKSEXPLOSION

WOLFGANGS

1 Teil Rote Beete

4 Teile Kartoffeln mehlig

1 Teelöffel Salz

1 Prise Muskat

2 Esslöffel Butter

(oder vegan: Soja Drink/ Hafer Cuisine)

Rote Rüben kochen, bis sie gar sind. Anschließend zu einem Püree verarbeiten (mixen oder stampfen). Das Verhältnis Rüben zu Kartoffeln kann individuell angepasst werden. Achtung, die Rüben machen das Püree flüssiger!

Für die Geschmacksexplosion: Kleine Schinkenspeck-/Tofuwürfel langsam mit ein wenig Öl in der Pfanne knusprig braten und über das Püree verteilen oder am Ende mit etwas Salz und Pfeffer in der Pfanne bestreuen und schwenken.

KOLOOCHEH

KEKSE



KOLOOCHEH KEKSE

2 Tassen Mehl	Vanille
2/3 Tasse Puderzucker	Muskat
1/2 Tasse Walnüsse	Öl
Cardamommehl	Backpulver
Zimt	Ei

Mehl + Backpulver + Butter + Öl + Safran zu Teig verrühren, Wasser nach Gefühl hinzufügen, gut kneten und 20 Minuten ruhen lassen.

Für die Fülle: Butter + Vanille + etwas Öl + Zimt + Kardamom + zerkleinerte Walnüsse + Zucker vermischen.

Den Teig in kleine Bällchen formen, in der Hand flach drücken, mit der Fülle befüllen und zu kleinen Fladen verschließen.

Anschließend Verzierungen in den Teil drücken (etwa mit einer Keksform), mit Ei bestreichen und bei 200°C goldbraun backen.

BUCHTELN

MIT MARMELADE



BUCHTELN MIT MARMELADE

ERIKAS

500g feines Weizenmehl
20g frische Germ
3 Eidotter
50g Zucker
1 Packerl Vanillepudding

50 & 60g Butter
1/4 lt Milch
schmackhafte Marmelade
(z.B. Zwetschke oder Ribisel)

Germ mit etw. Zucker und lauwarmer Milch verrühren und aufgehen lassen. Mehl + Germ + 50g geschmolzener Butter + Dotter + Prise Salz in warmer Milch mit dem Rührhaken zu weichem Teig schlagen. Abgedeckt an warmem Ort aufgehen lassen.

Backrohr auf 220°C vorheizen. Teig auf bemehlter Fläche flach drücken, Stücke abschneiden, mit Marmelade füllen, zusammenklappen und rundum zudrücken.

Die Buchteln nun in Butter drehen und in eine Pfanne geben, dann 30-45 Minuten im Rohr backen.

Währendessen die Vanillesauce zubereiten und gemeinsam mit den Buchteln warm und frisch servieren.

SPARGEL PASTA



SPARGELPASTA IN ZITRONEN-BUTTERSauce

FABIOLAS

400 g Pasta nach Wahl

500 g grüner Spargel

1 Bio Zitrone

50 g Pistazien

60g Butter

2 Knoblauchzehen

30g Basilikum

Meersalz

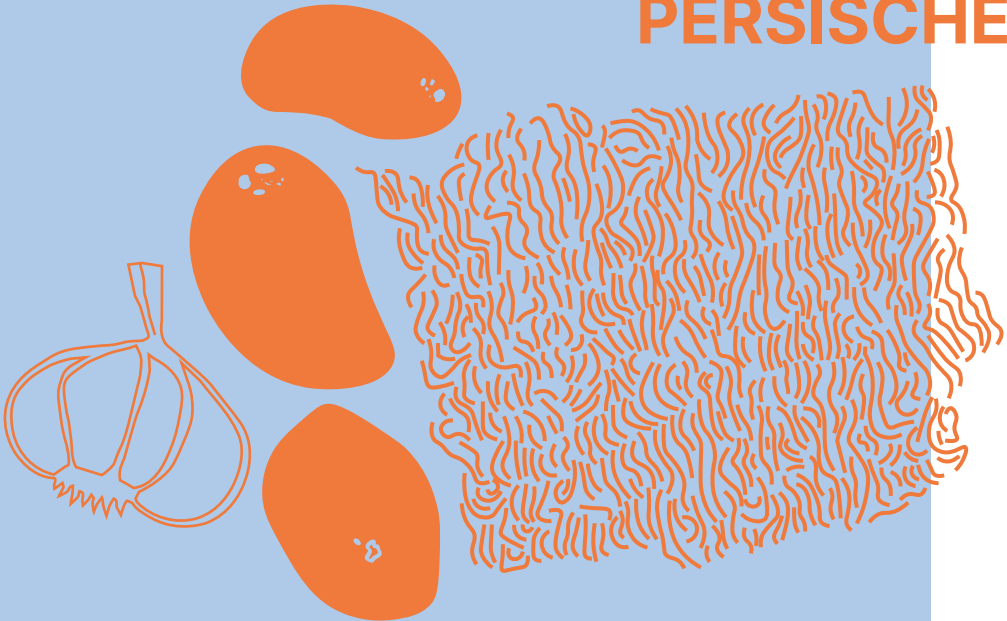
Pfeffer

Parmesan

Nudeln in einem großen Topf in Salzwasser kochen. Währendessen Pistazien hacken, Basilikum klein schneiden, Zitronenschale abreiben und Knoblauch klein hacken. Spargel waschen, holzige Enden abschneiden und in kleine Stücke schneiden. Spargel in den letzten 5 Minuten Kochzeit zu Nudeln hinzufügen. Butter in einer Pfanne zerlassen und Knoblauch dünsten. Nudeln + Spargel abgießen und in die Pfanne geben. Jetzt die restlichen Zutaten hinzugeben, alles gut vermengen, mit Meersalz + Pfeffer würzen und mit frisch gepresstem Zitronensaft abschmecken.

PERSISCHE

FLEISCHBÄLLCHEN



PERSISCHE FLEISCHBÄLLCHEN

MUHAMMADS

500g Faschiertes

500g Erdäpfel

Zwiebel

2 Eier

schwarzer Pfeffer

1 Löffel Mehl

2 Löffel Kichererbsenmehl

2 Knoblauchzehen

Erdäpfel mit einer Küchenreibe zerkleinern. Zwiebel in kleine Würfel schneiden und mit Küchenrolle abtupfen um Flüssigkeit zu entziehen. Knoblauchzehen je nach Geschmack klein schneiden oder pressen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und zu einer Masse vermischen. Reichlich Öl in einer Pfanne erhitzen.

Aus der Masse kleine Bällchen formen und im Öl braten/ frittieren.

GEBRATENER FISCH



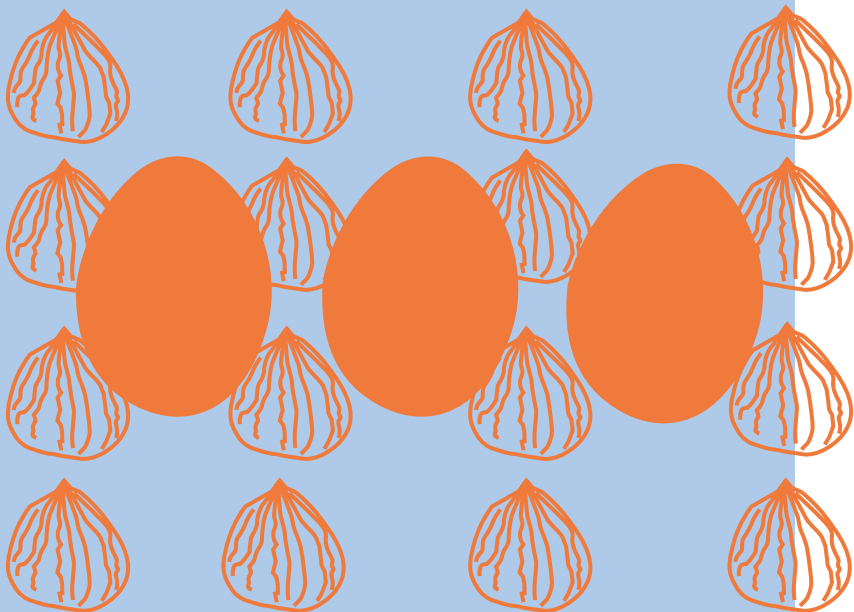
GEBRATENER FISCH

Fisch (etwa Dorade)	Pfeffer
Zwiebel	Ei
Knoblauch	Mehl
Koriander/Dill	Salz

Fisch als Filet oder in kleine Würfel geschnitten in einer Schüssel mit etwas Mehl + einem Ei + Salz + schwarzem Pfeffer + etwas Öl vermengen. Zusätzlich mit frischem Koriander oder Dill würzen. Anschließend in einer Pfanne mit etwas Öl braten. Separat Knoblauch und Zwiebel bei mittlerer Temperatur glasig anbraten. Den Fisch abschließend mit der angebratenen Zwiebel + Knoblauch garnieren. Dazu passend wäre buntes Ofengemüse, leicht mit Chili gewürzt.

KASTANIEN

OBERSTORTE



KASTANIENOBERSTORTE

1/2 kg Maroni
Staubzucker
drei Eier
6 dag Mehl
3 dag Kakao

3/4 l Schlagsahne
Vanillezucker
Rum

Kastanien weichkochen und durch ein feines Sieb drücken.

Das Maronipüree mit 25% Zucker und einem Schuss Rum mischen und kühl stellen.

Drei Dotter mit etwas Vanillezucker + Rum schaumig schlagen. Drei Eiweiß mit 7,5 dag Zucker steif schlagen. Das Eiweiß unter den Dotter heben und das Mehl begeben. Die Masse in eine Tortenform füllen und bei 200°C 10-15 Minuten backen.

Den erkalteten Tortenboden in der Mitte durchschneiden und mit Ribiselmarmelade bestreichen. Deckel wieder draufsetzen, abwechselnd Maronipüree und Obers verteilen. Zum Schluss das Maronipüree durch ein grobes Sieb drücken und als Dekoration verwenden.

GEZOGENER

APFELSTRUDEL



GEZOGENER APFELSTRUDEL

EVAS

300g glattes Mehl

30g Öl

3g Salz

150g lauwarmes Wasser

75g Semmelbrösel

1kg Äpfel

Zimt

Zitrone

Rumrosinen

Zucker

Mehl + Öl + Salz + Wasser zu glattem Teig kneten. Anschließend mit Öl bestreichen und zum Rasten einen heißen Topf überstülpen.

Äpfel schälen, in kleine Stücke schneiden und mit Zucker + Zimt + Zitronensaft + Rumrosinen nach Belieben vermengen.

Den Teig (nach min. 1h Rasten) zuerst mit einem Nudelholz ausrollen, anschließend auf einem Strudeltuch oder Ähnlichem ziehen, sodass der Teig schön dünn wird. Vorsicht beim Ziehen des Teiges, denn es entstehen schnell Löcher. Die dicken Teigländer abschneiden. Die Semmelbrösel mit viel Butter anrösten. Zuerst die Brösel auf dem Teig verteilen, dann auf einer Seite die Apfelfüllung länglich verteilen. Den Strudel vorsichtig einrollen und bei 180°C ca. 40 Minuten backen.