





Gedeckter Apfelkuchen

Belag:

700 gr. Äpfel (z.B. Boskop oder Finkenwerder Herbstprinz.)
50 gr. Butter
50 gr. Zucker
15-20 halbierte Walnüsse
etwas Zimt

Rührteig:

125 gr. Butter
125 gr. Mehl
150 gr. Zucker
75 gr. Speisestärke
1 Pkg. Vanille-Zucker
2 Eier
Abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone
1 Pkg. Backpulver
1 Prise Salz

Rezept (für 4-6 Personen):

Eine Springform (Durchmesser 26 cm) mit Alufolie auskleiden, 50 gr. Butter zerlassen 50 gr. Zucker und die Walnüsse hinzufügen und karamellisieren, mit entkernten Apfelscheiben auffüllen.

Die Zutaten für den Teig gründlich vermischen und auf die Apfelscheiben füllen. Bei ca. 200° 40-50 Minuten backen.

Alufolienrand lösen, Springform stürzen und die Folie vorsichtig ablösen.

Italienischer Salat

Salat:

1 kleiner Salatkopf (Latuga, Eisberg oder ähnliches)
1-3 Möhren
1/2 grüne Paprika
1/4 Gurke
1 handvoll feste Tomaten
2 hartgekochte Eier
1 Dose Thunfisch (in Öl oder naturell)

Sauce:

3 EL. Mayonnaise
1/2 Becher stichfester Vollfett-Yoghurt,
150 gr. Zucker,
ca. 3 TL. Zucker
1 Prise Salz
1 Knoblauchzehe

Rezept (für 2 Personen):

Salat, Tomaten und Gurke mundgerecht zerteilen, Möhren und Paprika in feine Streifen schneiden, Eier in Scheiben schneiden, salzen und pfeffern. Thunfisch abtropfen lassen, alles gut gekühlt auf zwei Teller verteilen. Salat je nach Geschmack noch mit Essig & Öl Marinade würzen.

Für die Sauce Mayonnaise und Yoghurt vermischen und mit Zucker, Salz und zerdrückten Knoblauch eher süß abschmecken.

Zum Schluss die Sauce auf dem Salat verteilen.

Scharfe Nudeln

Zutaten:

1 Suppenbund
(bzw. 2 bis 3 Möhren,
1/4 bis 1/2 Sellerie,
1 Porreestange,
eventuell etwas Petersilienwurzel oder Petersilie)
1/2 Pkg. chinesische Reismudeln (Fadennudeln)
2 Eier
1-2 TL. Sambal-Olek
1-2 EL. Sojasauce
1-2 EL. Butter

Rezept (für 2 Personen):

Butter mit Sojasauce in einer großen Pfanne zerlassen, Sambal-Olek hinzufügen. Gemüse auf einer groben Raffel reiben, Porreestange in feine Scheiben schneiden, in die Pfanne geben und gar dünsten.

Chinesische Reismudel knapp in Salzwasser garen, kalt abspülen und mit Messer in kleine Stücke zerteilen zur Gemüsemischung in der Pfanne dazugeben und kräftig durchbraten. Separat 2 Spiegeleier braten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Scharfe Nudeln auf zwei Teller verteilen, je ein Spiegelei obendrauf legen.

Chili-Erdnuss-Kartoffeln

Zutaten

ca. 300-500 gr. festkochende Kartoffeln
Olivenöl zum anbraten
1-2 zerdrückte Knoblauchzehen
Saft einer Zitrone
2-4 scharfe rote Chilis (Frisch oder getrocknet)
1 handvoll Erdnüsse (am besten die gewürzten ohne Öl)
ca. 50-100 gr. Parmesan
1 grüne Paprika oder 1 handvoll spanischer Bratpaprikas „Pimentos“
Etwas Brühwürfel, Salz und Pfeffer.

Rezept (für 2 Personen):

Kartoffeln schälen und in kleine viertel Scheiben zerteilen. In einer großen Pfanne mit dem Olivenöl (und eventuell etwas Wasser) knapp gar braten. Erdnüsse, Chilis, Knoblauch dazugeben, leicht anbraten. Zitronensaft hinzugeben und das Ganze mit Salz, Pfeffer und Brühwürfel abschmecken.

Zum Schluss fein die geschnittene Paprika oder „Pimentos“ hinzufügen und auch ganz knapp garen. Etwas gehobelten Parmesan darüberstreuen, auf zwei Tellern anrichten. Restlichen Parmesan darüberstreuen.

Rucola-Pizza

Hefeteig:

500 gr. Mehl
1/4 L. Wasser
1 EL. bis 2 EL. Olivenöl
1 1/2 TL. Salz
1 Hefewürfel

Tunke:

1 Dose geschälte Tomaten
1 bis 1/2 Knoblauchzehen
1/2 TL. Salz, etwas Pfeffer,
1 Prise Oregano

Belag:

1 Pkg. Rucola
ca. 150 bis 300 gr. Parmesan
ca. 150 bis 300 gr. Parma- oder Serrano-Schinken
1-2 Pkg. Mozzarella

Rezept (für 2-4 Personen):

Die Zutaten für den Hefeteig mischen und (am besten einen Tag vorher) gehenlassen.

Tunke: Dosentomaten entwässern, Knoblauch mit dem Salz zerdrücken und nebst Oregano zu den Tomaten geben.

Dem Teig auf ein oder zwei Backbleche ausrollen. Die Tunke darauf verteilen und mit Mozzarellascheiben und etwas Parmesan und Schinken insgesamt 15 Min. im vorgeheizten Ofen bei hoher Temperatur backen. Den gründlich gewaschenen Rucola, restlichen Schinken und gehobelten Parmesan auf der Pizza verteilen und gleich essen.

Schinkentaschen

Quarkteig:

250 gr. Quark (Mager-, Halbfett-, oder Sahnequark; ich nehme Sahnequark und weniger Butter)
250 gr. Mehl
150 bis 250 gr. Butter
1 TL. Backpulver
1 TL. Salz

Füllung:

Ca. 150 gr. Schinken
Ca. 150 gr. Rosinen
Ca. 1 große Zwiebel

Wenn Teig überbleibt:

Ca. 150 gr. Gouda,
Kümmel, edelsüße Paprika
Salz und Pfeffer

Rezept (für ca. 2-4 Personen):

Für die Füllung Schinken und Zwiebel fein würfeln und mit den Rosinen vermischen.

Quark, Butter, Mehl und Backpulver zu einem Teig verkneten und eine 1/2 Stunde im Kühlschrank belassen. Teig auf ca. Backblechgröße dünn ausrollen, in neun Quadrate teilen, Ränder weg-schneiden. Die Füllung auf die Quadrate verteilen und den Teig zu Dreieckstaschen zusammenklappen. Den Rand neu ausrollen mit Käse und Gewürzen belegen und zusammenrollen. In ca. 1 cm Scheiben schneiden.

Alles bei ca. 200° 1/4 Stunde im Backofen garen.

