

Herzhafte Spitzkohl-Tarte



Haben Sie auch manchmal Gemüse vorrätig, aber es fällt Ihnen kein geeignetes Rezept ein, um das Gemüse entweder als Hauptzutat oder eben als Beilage zuzubereiten und zu servieren?

Manchmal kann man bei solch einem Problem dadurch Abhilfe schaffen, dass man eine herzhafte oder pikante Tarte damit zubereitet. Also nicht süß und fruchtig, also mit Obst. Sondern eben mit dem vorrätigen Gemüse. Und dann auch noch schön gewürzt.

Als Boden eignet sich für eine solche herzhafte Tarte am besten ein Hefeteig. Aber auch mit einem Mürbeteig wie in diesem Rezept gelingen Ihnen sicherlich gute und schmackhafte Tartes.

In diesem Fall wollte ein kompletter Spitzkohl-Kopf verwertet werden. Also erst einmal putzen und vom Strunk befreien. Dann

grob zerkleinern. Und da der Kohl im Backofen nicht durchgart, denn ihm fehlt dazu die Flüssigkeit, wird er zuerst etwas vorgegart.

Als Gewürze kommen Salz und weißer (!) Pfeffer zum Einsatz. Und selbstverständlich eine gute Menge an verdauungsförderndem Kümmel.

Bereiten Sie sich vor auf eine pikante, würzige und sehr frische Kohl-Tarte!

Für den Boden:

- [Grundrezept](#)

Für die Tarte:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- 1 ganzer Spitzkohl
- Salz
- weißer Pfeffer
- 1 TL Kümmel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 1 Std.



Schmackhaft, mit ein wenig Kümmel

Mürbeteig nach dem Grundrezept zubereiten.

Kohl putzen, vom Strunk befreien, grob zerkleinern und in eine Schüssel geben. Wasser in einem sehr großen Topf erhitzen und Kohl darin gute 10 Minuten bei geringer Temperatur garen. Durch ein Küchensieb abschütten, in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Kohl salzen und pfeffern.

Eierstichmasse nach dem Grundrezept zubereiten.

Kohl auf dem Mürbeteig in der Backform verteilen.

Kümmel über den Kohl verteilen.

Eierstichmasse darüber gießen und verteilen.

Tarte nach dem Grundrezept backen.

Herausnehmen und gut abkühlen lassen. Backform und Backpapier entfernen. Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Spaghetti mit Surimi in Kräuter-Sahne-Sauce

Ich habe einmal probeweise dieses Fisch- oder Meeresfrüchte-Produkt gekauft. Um damit eine leckere Sauce für Pasta zuzubereiten.



Braucht es für mich nicht ...

Ich zitiere die Beschreibung auf der Verpackung: „Surimi-Garnelen-Imitat aus Fischmuskeleiweiß geformt, in Rapsöl mit Knoblauchgeschmack“.

Es handelt sich also um Shrimps-Imitate, die aus Fisch geformt werden.

Vom Geschmack her muss ich dazu folgendes schreiben: Es schmeckt weder nach Shrimps, noch nach Garnelen, noch nach Meeresfrüchten oder nach Fisch. Es hat eine kompakte Konsistenz wie Form- oder Füllmasse von z.B. Bratwürsten, nur viel feiner und nicht so stark gewürzt. Übertrieben könnte man sagen, es schmeckt nach nichts, bis auf eine geringe Würze. Laut Angabe auf dem Becher sind die Surimi aus Alaska-Seelachs und pazifischem Seehecht hergestellt.

Nach dem Zubereiten und Essen habe ich mich gefragt, wer braucht so etwas? Warum fängt man Fisch und verarbeitet ihn als Fischformbestandteile zu einem Imitat von Shrimps oder Garnelen? Die dann auch nicht einmal nach einem von beidem schmecken? Um die Meere nicht zu überfischen und nicht zu viele Shrimps oder Garnelen zu fischen? Aus nachhaltigen Argumenten und um dem Planeten etwas Gutes zu tun oder ihn zu retten? Aber man fängt dafür Fische und verarbeitet diese weiter! Mein Fazit ist dieses: Ich brauche so etwas nicht. Da kaufe ich mir lieber eine Tiefkühlpackung Shrimps oder Garnelen und bereite diese zu. Dann habe ich auch den vollen Meeresfrüchte-Geschmack im Essen.

Um die Sauce dann aber doch ein wenig aufzupeppen und ein brauchbares Ergebnis zum Essen zu erhalten, habe ich eine große Menge an frischen Kräutern mit dem Wiegemesser kleingewiegt und diese dann in die Sauce mit hinzugegeben.

Allerdings habe ich mich dann doch noch eines Besseren belehren lassen, als ich bei Wikipedia nach Surimi schaute. Und feststellen musste, dass Surimi eine lange, jahrhundertealte Tradition haben. Natürlich haben die Japaner dies wieder erfunden, wie so viele Dinge mit Produkten aus dem Meer. Ich fand daher bei Wikipedia den folgenden Hinweis:

„Surimi (japanisch „zermahlendes Fleisch“) ist eine feste Masse aus zerkleinertem Fisch. Vor etwa 900 Jahren wurde in Japan entdeckt, dass gehackter Fisch, mit Zucker gegart und geliert, haltbarer wird. Das Wort bezieht sich ursprünglich auf dieses

Herstellungsverfahren. In Europa wird unter Surimi meist daraus hergestelltes Krebsfleischimitat verstanden.“

Also, entscheiden Sie selbst, ob Sie sich dafür begeistern können und Appetit auf solch ein Produkt haben.

Für 2 Personen:

- 400 g Surimi (2 Becher à 200 g)
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 4 EL Crème fraîche
- 10 EL des Kochwassers der Pasta
- einige Zweige frischer Thymian, Salbei, Majoran und Oregano
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Parmigiano Reggiano
- 350 g Spaghetti

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 9 Min.



Sieht aber doch lecker aus

Kräuter auf einem großen Arbeitsbrett mit dem Wiegemesser kleinwiegen. Feste Stiele dabei entfernen.

Knoblauch schälen, mit einem großen Messer flachdrücken und kleinschneiden.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Pfanne erhitzen.

Knoblauch darin andünsten.

Surimi dazugeben und erhitzen.

Sahne und Crème fraîche dazugeben.

Kräuter dazugeben.

Kochwasser der Pasta dazugeben und alles gut vermischen. Kurz

köcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Pasta durch ein Küchensieb abschütten.

Pasta zur Sauce geben und alles gut vermischen.

Surimi mit Sauce und Pasta auf zwei tiefe Pasta-Teller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Spaghetti mit Wurzelgrün-Pesto

Für das Wurzelgrün von Wurzeln gibt es mehrere Verwendungszwecke. Also auf keinen Fall einfach nur abschneiden und in den Bio-Müll entsorgen!



Leckerer Pasta-Gericht

Zunächst einmal kann man es als Zutat für die Zubereitung eines Gemüsefonds verwenden, wenn man dabei Gemüseabfälle nutzt.

Oder man kann das Kraut erst an der Luft einige Tage trocknen, es dann kleinschneiden und als Gewürzkraut verwenden. Dazu gibt es auch eine Beschreibung in diesem Foodblog.

Am raffiniertesten ist es jedoch, das Wurzelgrün für ein Pesto zu verwenden. Mit einer leckeren Pasta dazu.

Am besten püriert man das gegarte Wurzelgrün mit dem Pürierstab fein. Und gibt noch viel frisch geriebenen Parmigiano Reggiano dazu. Das Pesto hat erwartungsgemäß einen kräftigen, würzigen und herben Geschmack, wie man es vom Kraut von Wurzeln erwarten würde. Aber es ist sehr schmackhaft und eine Abwechslung zu Pesto mit Basilikum, Avocado, Zucchini und Konsorten.

Hier ist das Rezept dazu.

Für 2 Personen:

- 350 g Spaghetti
- Wurzelgrün von einem Bund Wurzeln
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Sauvignon blanc
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 50 g Parmigiano Reggiano
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit viel Parmigiano Reggiano
Parmigiano Reggiano auf einer Küchenreibe fein in eine Schale reiben.

Wurzelgrün kleinschneiden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen.

Wurzelgrün darin einige Minuten anbraten. Mit der Sahne und einem Schuss Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Mit dem Pürierstab fein pürieren.

Parmigiano Reggiano dazugeben.

Alles gut vermischen. Kurz köcheln lassen.

Parallel dazu Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 9 Minuten garen.

Pesto abschmecken.

Pasta zum Pesto geben.

Einige Esslöffel des Kochwassers der Pasta dazugeben.

Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Veganes Geschnetzelte mit Gemüse in Sahne-Sauce auf Langkornreis



Würzig und schmackhaft

Ich bringe ja ab und zu gerne ein Bauernopfer. Das fällt mir leicht. In diesem Fall, war es das Fleisch, das ich hier über die Klinge springen ließ und nicht verwendet und zubereitet habe.

Aber dieses Rezept ist dagegen dann ein wahres Fest für Veganer. Ein herrliches Gericht mit veganem Geschnetzeltem aus Erbsenprotein.

Dazu noch diverses Gemüse.

Das alles in einer herrlichen Sahne-Weißwein-Sauce.

Mit viele aromatischen Gewürzen wie Ingwer, Kurkuma und Chili.

Dazu Langkornreis.

Also mir hat das Gericht hervorragend geschmeckt. Es braucht nicht immer Fleisch.

Für 2 Personen:

- 340 g veganes Geschnetzelte (2 Packungen à 170 g, aus Erbsenprotein)
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 12 Kirschtomaten
- 200 g Blattspinat (2 Packungen à 100g)
- 200 ml vegane Sahne
- Sauvignon blanc
- 2 TL gemahlener Ingwer
- 2 TL gemahlener Kurkuma
- 1 TL gemahlenes Chili
- Salz
- Olivenöl
- 1 Tasse Langkornreis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Reis in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 15 Minuten garen.

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Kirschtomaten vierteln.

Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch glasig dünsten.

Geschnetzeltes dazugeben und einige Minuten unter Rühren kross anbraten.

Kirschtomaten dazugeben.

Mit Sahne und einem guten Schluck Weißwein ablöschen.

Mit Ingwer, Kurkuma, Chili und Salz würzen.

Spinat dazugeben.

Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur kurz köcheln lassen.

Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Geschnetzeltes mit viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Honigmelonentorte



Sehr geschmeidig durch Sahne

Eine Torte mit vielen Milchprodukten für die Füllmasse.

Neben Skyr kommen auch Natur-Joghurt und Sahne hinein.

Besonders die Sahne verleiht der fertigen Torte eine gewisse Leichtigkeit und Geschmeidigkeit.

Und für etwas Frucht und Süße sorgt eine pürierte Honigmelone.

Am besten lässt man Zucker für die Füllmasse weg, denn dann hat man auch gleich eine Torte mit wenigen Kalorien und für den schlanken Bauch.

Bei einer Füllmasse von insgesamt 2 l bekommt man auch eine ordentliche, schöne und große Torte.

Und das passt natürlich auch zum heutigen Muttertag, an dem man seiner Mutter ein leckeres Stück dieser Torte servieren kann.

Für den Tortenboden:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- 500 ml Skyr (1 Becher)
- 500 ml Natur-Joghurt (1 Becher)
- 200 ml Sahne
- 1 Honigmelone (ergibt etwa 800 g pürierte Melonenmasse)
- 20 Blatt Gelatine

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Wartezeit mind. 4 Std.



Leichte Süße durch pürierte Honigmelone

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Honigmelone schälen, vierteln und vom Kerngehäuse entfernen.

In kleine Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

Melonenstücke in der Küchenmaschine zu einem Brei pürieren.

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Skyr, Joghurt und Sahne in einem großen Topf leicht erhitzen.

Gelatine blattweise ausdrücken, nach und nach in die Milchprodukte-Masse geben und mit dem Schneebesen gut verrühren.

Melonenmasse dazugeben und ebenfalls gut verrühren.

Masse auf den Tortenboden in die Spring-Backform geben und verteilen.

Mindestens vier Stunden, am besten aber über Nacht im Kühlschrank erkalten und erhärten lassen.

Backform und Backpapier entfernen.

Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Torte im Kühlschrank aufbewahren.

Penne Rigate mit scharfem Spinat-Pesto



Mit viel Spinat und einigen Walnüssen

Ein Rezept für ein einfaches Pesto mit der Hauptzutat Spinat.

Es wird also ein grünes Pesto.

Verfeinert wird das Pesto noch mit klein gehäckselten Walnüssen.

Und für kräftigen Bums kommen zwei rote Chili-Schoten hinein.

Für die Flüssigkeit des Pestos verwende ich Sahne und trockenen Weißwein.

Bei der Verwendung der Sardellenfilets brauchen Sie keine Bedenken haben, dass das Pesto dann fischig schmeckt. Das ist nicht der Fall. Die in Olivenöl angebratenen Sardellenfilets zerfallen beim Anbraten fast komplett und geben dem Pesto nur eine salzige Würze.

Für 2 Personen:

- 350 g Penne Rigate
- 100 g frischer Spinat
- einige Walnüsse
- 2 rote Chili-Schoten
- 2 Sardellenfilets (Glas)
- Sahne
- weißer Burgunder
- Salz
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.



Würziges Pesto

Walnüsse in der Küchenmaschine fein häckseln.

Spinat dazugeben und ebenfalls kurz fein häckseln.

Chili-Schoten putzen und quer in feine Ringe schneiden.

Sardellenfilets ebenfalls quer zerkleinern.

Pasta in einem Topf mit leicht gesalzenem, kochendem Wasser 8 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einem Topf erhitzen.

Filets und Chili-Schoten darin kurz anbraten.

Walnüsse und Spinat dazugeben.

Kurz unter Rühren köcheln lassen.

Mit einem großen Schuss Sahne ablöschen.

Ebenfalls einen großen Schuss Weißwein dazugeben.

Alles verrühren und weiter köcheln lassen.

Salzen und abschmecken.

Pasta aus dem Kochwasser herausheben und zum Pesto geben.

Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Tomatensuppe



Einfache, leckere Suppe

Eine einfache, schlichte Tomatensuppe.

Zubereitet aus passierten Tomaten. Mit etwas Wasser verlängert.

Wer es ein wenig stückiger mag, verwendet Tomaten aus der Dose, die auch viel Flüssigkeit enthalten, und zerstampft sie

grob mit dem Stampfgerät.

Aber die Suppe hat kräftig Bums. Ich gebe nämlich eine kleingeschnittene rote Chili-Schote für Schärfe hinein.

Und verfeinert wird die Suppe mit einem Schuss Sahne und einem Schuss Cognac.

Und damit man beim Essen der Suppe ein wenig zu Kauen hat, gare ich kleine Nudeln in der Suppe mit.

Für 2 Personen:

- 400 ml passierte Tomaten (1 Packung)
- 200 ml Wasser
- Sahne
- Cognac
- 1 rote Chili-Schote
- eine kleine Handvoll (Suppen-)Nudeln
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- ein wenig frische Petersilie

Zubereitungszeit: 9 Min.

Chili-Schote putzen und quer in schmale Ringe schneiden.

Petersilie kleinwiegen.

Tomatensauce in einem kleinen Topf erhitzen.

Wasser dazugeben.

Jeweils einen Schuss Sahne und Cognac hinzugeben.

Chili-Schote und Nudeln dazugeben.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

Alles vermischen und Suppe 9 Minuten bei geringer Temperatur köcheln lassen.

Prüfen, ob die Nudeln durchgegart sind.

Suppe abschmecken.

Suppe auf zwei tiefe Schalen verteilen.

Mit Petersilie garnieren. Guten Appetit!

Pappardelle in Sahne-Sauce mit Nordseekrabben und Kapern



Leckere, sämige Sauce

Mit Sahne lässt sich eine leckere Sauce nicht nur für Fleisch oder Fisch zubereiten, sondern auch ganz einfach für Pasta, Reis oder Kartoffeln.

Hier wähle ich Pasta als Hauptzutat des Gerichts. Und zwar echte italienische Pappardelle, eine meiner Lieblings-Pasta.

Bei der Sauce gehe ich dieses Mal den eher fischigen Weg und verwende Nordseekrabben aus der Packung, die Sie bei jedem Discounter bekommen.

Dazu einige eingelegte Kapern. Und zusätzlich einige Teelöffel des Einlegewassers der Kapern, das der Sauce eine gewisse Säure verleiht.

Passend dazu noch einige Knoblauchzehen.

Gewürzt wird ganz nach der mengenmäßigen Hauptzutat für die Sauce einfach mit etwas Bratfisch-Gewürzmischung, da mache ich es mir zugegebenermaßen etwas einfach.

Aber die Sauce gelingt gut. Und wenn Sie die Sauce noch verlängern wollen, einfach einige Esslöffel des Kochwassers der Pasta hinzugeben.

Für 2 Personen:

- 350 g Pappardelle
- 200 g Nordseekrabben (1 Packung)
- 4 TL Kapern (Glas)
- 4 TL Einlegewasser der Kapern
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne
- 2 TL Bratfisch-Gewürzmischung
- Salz
- Butter

Zubereitungszeit: 7 Min.



Mit Nordseekrabben und Kapern

Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser 7 Minuten garen.

Knoblauchzehen schälen, mit einem großen Messer platt drücken und kleinschneiden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen.

Knoblauch, Krabben und Kapern kurz anbraten. Mit dem Einlegewasser ablöschen.

Sahne dazugeben.

Mit der Gewürzmischung mischen.

Alles gut vermischen, abschmecken und kurz köcheln lassen.

Pasta aus dem Kochwasser herausheben, zur Sauce geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce in zwei tiefe Schalen geben.

Servieren. Guten Appetit!

Pappardelle in Hummerbutter-Sauce mit Nordseekrabben



Mit viel Nordseekrabben

Hummerbutter hat zwei Vorteile: Sie lässt sich in der Dose im Kühlschrank sehr lange aufbewahren. Und man kann mit ihr die besten Suppen oder Saucen mit Fisch oder Meeresfrüchten zubereiten. Und die Zubereitung ist natürlich sehr einfach und gelingt eigentlich immer.

Hier gebe ich Nordseekrabben in die Hummerbutter. Die Krabben bekommen Sie bei jedem Discounter.

Die Sauce wird abgelöscht einmal mit Sahne. Und zum anderen mit etwas trockenem Weißwein verlängert.

Fertig ist eine leckere Sauce, die der Pasta beim Anrichten einen leicht rötlichen Touch verleiht.

Als Pasta gibt es echte italienische Pasta, und zwar Pappardelle.

Für 2 Personen:

- 350 g Pappardelle
- 200 g Nordseekrabben (1 Packung)
- 4 EL Hummerbutter
- 200 ml Sahne
- weißer Spätburgunder
- Salz
- weißer Pfeffer
- Zucker
- Butter

Zubereitungszeit: 7 Min.



Schöne, rote Sauce

Pasta in leicht gesalzenem, kochendem Wasser 7 Minuten garen.

Hummerbutter in einem kleinen Topf erhitzen.

Krabben hineingeben und kurz anbraten.

Mit Sahne und einem Schuss Weißwein ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Sauce abschmecken.

Pasta aus dem Kochwasser herausnehmen, in die Sauce geben und alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce in zwei tiefe Schalen geben.

Servieren. Guten Appetit!

Ofenschlupfer mit Äpfeln und Vanille-Sauce



Leckerer Dessert

Ofenschlupfer ist eine beliebte Süßspeise aus Süddeutschland und ein schwäbisches Original. Da passt es ja ganz gut, dass ich dieses Dessert zubereite, denn ich stamme gebürtig aus

Baden bzw. der Kurpfalz. Angrenzend an Schwaben. Und mütterlicherseits bin ich auch halber Schwabe.

Meine Mutter, 92 Jahre alt, sagte mir am Telefon, ihr sei der Ofenschlupfer durchaus bekannt, aber sie habe ihn nie selbst zubereitet. Auch nicht ihre Mutter, gebürtig aus dem Schwabenland stammend. In Mannheim selbst, wo meine Mutter lebt und wo ich herkomme, sagt man in der Mundart auch „Ofenschlupfer“ dazu.

Ich selbst habe mir nur überlegt, warum dieses Gericht eigentlich Ofenschlupfer heißt? Vielleicht weil hier doch einige Resteverwertung stattfindet und so manche Zutat in den Ofen „schlupft“?

Ofenschlupfer kommt somit aus dem Schwabenland und ist dort eine beliebte Süßspeise aus dem Ofen. Er besteht traditionell aus altem, vertrocknetem Brot oder Brötchen – in Hamburg sagt man Schrippen –, Äpfeln, Rosinen, Mandeln und einer cremigen Sahne-Ei-Mischung. Frisch aus dem Ofen zergeht dieser Brotauflauf auf der Zunge. Man isst ihn gern als Dessert oder zum Kaffee.

Es gibt aber auch herzhaftere Ofenschlupfer, zum Beispiel mit Lachs und Spinat. Recherchieren Sie gerne mal danach.



Fertig gebacken in der Auflaufform

Der Ofenschlupfer gelingt hervorragend und schmeckt sehr lecker. Der Puderzucker obenauf gibt Süße, dazu die saftig gebackenen Apfelspalten und schließlich der Crunch der kross gebackenen Schrippen. Und dann kommt noch das Vanille-Aroma der Vanille-Sauce dazu. Und nicht zu vergessen der Zimt-Geschmack. Wenn man den Ofenschlupfer noch warm aus dem Ofen serviert, braucht man auch die Vanille-Sauce nicht zusätzlich erhitzen.

Für 2 Personen:

Für den Ofenschlupfer:

- 3 Äpfel
- 3 Schrippen vom Vortag
- 2 Eier
- 1/4 l Milch
- 100 g Sahne
- 1 EL Zucker
- 1 Päckchen Vanille-Zucker
- 25 g gehobelte Mandeln

- 25 g Rosinen
- 1 TL Zimt
- Margarine
- Puderzucker

Für die Vanille-Sauce:

- [Grundrezept](#)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 35–45 Min.



Eine schwäbische Spezialität

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze erhitzen.

Äpfel putzen, schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen und Äpfel in dünne Scheiben schneiden. In eine Schüssel geben.

Schrippen in fingerdicke Scheiben schneiden.

Eine große Auflaufform einfetten. Schrippen und Apfelspalten schräg in zwei Lagen nebeneinander in der Auflaufform nacheinander schichten. Mandeln und Rosinen darüber verteilen.

Eier aufschlagen und trennen.

Milch mit Eigelben, Sahne, Zucker, Vanille-Zucker und Zimt in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen schaumig schlagen.

Eiweiße in einer Küchenmaschine steif schlagen und mit dem Backlöffel vorsichtig unter die Milch-Sahne-Masse unterheben.

Die flüssige Mischung über die Schrippen und Äpfel gießen.

Ofenschlupfer im Backofen auf mittlerer Ebene etwa 35–45 Minuten goldgelb backen.

Herausnehmen, mit Puderzucker bestäuben und warm aus der Form mit warmer oder kalter Vanille-Sauce servieren.

Vanille-Sauce



Leckere Vanille-Sauce

Frisch zubereitete Vanille-Sauce ist schnell gemacht und sehr lecker.

Sie übertrifft in Frische und Geschmack bei weitem die industriellen Pendanten aus der Packung oder Tüte. Und enthält natürlich keine Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker, Farbstoffe und was da sonst noch so enthalten ist.

Sie ist vielseitig verwendbar. Obligatorisch fast schon zum Apfelstrudel, zu anderen Strudeln mit süßer Füllung, zum Ofenschlupfer, Kaiserschmarren, Puddingen und allem weiteren süßen Desserts.

Die Zubereitung ist, wie schon erwähnt, einfach und schnell. Sie müssen nur bei einem aufpassen: Möchten Sie die Vanille-Sauce leicht warm servieren, achten Sie bitte unbedingt darauf, die Sauce nur wenige Sekunden in der Mikrowelle oder auch in einem Topf auf dem Herd zu erhitzen. Bekommt sie zuviel Hitze, erhalten Sie ein Ergebnis, das Sie nicht haben möchten: Rührei.

Übrigens, wenn Sie statt einer frischen Vanille-Schote doch ein Päckchen Vanillin-Zucker verwenden, habe ich dafür durchaus Verständnis. Ich habe dies auch lange Jahre so gemacht, bis ich auf Vanille-Schoten umgestiegen bin und mir neben der Verwendung des Vanillemarks mit den übrig gebliebenen Schoten und üblichem Handelszucker auch Vanille-Zucker selbst herstelle. Denn die Preise für eine Vanille-Schote sind schon sehr beachtlich. Beim Supermarkt Ihrer Wahl entweder 6,50 € für eine Vanille-Schote oder 10 € für einen Zweier-Pack von Vanille-Schoten, also immer noch 5 € für eine Vanille-Schote. Und Sie werden sicherlich bedenken, ob Sie für diesen Preis Vanille-Pudding für die Familie zubereiten. Wenn Sie für wenig Geld stattdessen mehrere Päckchen Vanillin-Zucker bekommen. Oder auch für den Preis einer Vanille-Schote fast schon ein preiswertes Rindersteak und somit fast schon ein ganze Mittagsgericht für eine Person. Versuchen Sie es einmal bei einem Discounter, ich kaufe dort die Vanille-

Schoten immer zum Einzelpreis von 3 €, das ist erschwinglich und bezahlbar. Denn es gilt einfach nach wie vor, frischer ist besser. Beim Vanillin-Zucker essen Sie eben den chemischen Aromastoff Vanillin in Ihrem Dessert mit. Und es gibt Menschen, die auf künstliche Stoffe mit Magenverstimmung reagieren. Ich gehöre auch dazu. ☐

Für die Vanille-Sauce:

- $\frac{1}{2}$ Vanilleschote (oder alternativ 1 Päckchen Vanillezucker)
- 150 ml Sahne
- 2 Eigelbe
- 2 EL Zucker

Zubereitungszeit: 2 Min.

Mark der Vanilleschote herauskratzen und in eine Schale geben.

Sahne, Eigelbe und Zucker dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verquirlen.

Maximal 10 Sekunden bei 800 Watt in der Mikrowelle erhitzen. Gut mit dem Schneebesen verrühren.

Großzügig Sauce zu einem oder über ein beliebiges Dessert geben.

Servieren. Guten Appetit!

Beeren-Torte



Mit Streuseln garniert

Eine Torte, für die Beeren in zweierlei Hinsicht verwendet werden.

Einmal für die Flüssigkeit der Füllmasse eine Buttermilch, die schon mit Waldbeeren zubereitet ist und die ich in dieser Form gekauft habe.

Dazu aber dann noch zusätzlich für die Füllmasse frische, ganze Heidelbeeren, die ich noch dazu gebe.

Des weiteren noch etwas Sahne, um die Buttermilch ein wenig zu verlängern.

Und natürlich unabdingbar Gelatine zum Verfestigen der Füllmasse im Kühlschrank.

Der Tortenboden benötigt ja eine Stunde zum Verhärten im Kühlschrank.

Und da ich als Geliermittel pflanzliches Agar Agar verwende, braucht die Torte dann insgesamt nur noch weitere drei Stunden im Kühlschrank, bis dann auch die Füllmasse ausgehärtet ist.

Für den Tortenboden:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- 200 ml Sahne
- 750 ml Buttermilch (mit Waldbeeren)
- 2 Päckchen Agar Agar (für 1 l Flüssigkeit)
- 300 g Heidelbeeren

Zum Garnieren:

- Milkschokoladenstreusel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Wartezeit 4 Stdn.



Mit frischen Heidelbeeren

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Sahne in einem kleinen Topf erhitzen, Agar Agar hineingeben und mit dem Schneebesen gut verrühren. Unter Rühren zwei Minuten kochen.

Vom Herd nehmen.

Die Buttermilch dazugeben und alles gut verrühren.

Dann die ganzen Heidelbeeren dazugeben und alles vermischen.

Füllmasse auf den Tortenboden in der Backform geben und Torte mindestens drei Stunden in den Kühlschrank geben.

Herausnehmen. Mit Milkschokoladenstreusel bestreuen.

Backform und Backpapier entfernen.

Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Obst-Torte



Schön mit Streuseln garniert

Diese Torte beruht darauf, dass ich zu wenig Obst eingekauft hatte. Ursprünglich wollte ich mit Teilen des Obstes eine süß-

scharfe Sauce für Pasta zubereiten. Mit Banane, Feige, Kukurma, Curry und Chili.

Dann fiel mir jedoch auf, dass ich eine Torte geplant, dafür aber das notwendige Obst nicht eingekauft hatte.

Also schnell den Plan mit der Pasta umgeändert und eine andere Sauce dafür zubereitet.

Und das vorhandene Obst wanderte alles in die Füllmasse der Torte.

Pomelo red ist übrigens eine sehr große Grapefruit, die meines Wissens aus China kommt. Man schält sie wie gewöhnliche Grapefruits, teilt sie dann in Spalten und schneidet diese klein.

Und dazu gibt es noch einige frische Feigen und eine reife Banane.

Da ich dieses Mal zum Gelieren pflanzliches Agar Agar verwende, ist diese Torte in drei Stunden im Kühlschrank verfestigt.

Für den Tortenboden:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- 600 g Frischkäse (2 Packungen à 300 g)
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 2 Packungen Agar Agar (für 1 l Flüssigkeit)
- 1 Pomelo Red
- 2 Feigen
- 1 Banane

Zum Garnieren:

- Milkschokoladestreusel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Wartezeit 4 Stdn.



Mit mehreren Obstsorten

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Pomelo schälen, in Spalten zerteilen und diese in kleine Stücke schneiden. In eine Schüssel geben.

Feigen putzen und kleinschneiden.

Banane putzen, schälen und ebenfalls kleinschneiden.

Beides zu der Pomelo geben und alles gut vermischen.

Sahne in einem Topf leicht erhitzen.

Agar Agar dazugeben, mit einem Schneebesen vermischen und unter ständigem Rühren zwei Minuten köcheln lassen.

Frischkäse dazugeben und unterrühren.

Obst dazugeben und mit dem Backlöffel unterheben.

Füllmasse auf den Tortenboden geben und gut verteilen.

Torte im Kühlschrank mindestens drei Stunden erhärten lassen.

Herausnehmen, Backform und Backpapier entfernen und Torte auf eine Tortenplatte geben.

Mit Milkschokoladestreuseln bestreuen.

Stückweise anschneiden und servieren.

Guten Appetit!

Himbeer-Torte



Mit Milkschokoladenstreusel garniert

Ein Rezept für eine leckerer Torte mit einer Füllmasse, in die zum einen Himbeeren in Form von Himbeer-Marmelade und zum anderen ganze Himbeeren hineinkommen.

Man hat somit den Himbeergeschmack in der Füllmasse durch die Marmelade. Und dann beißt man bei jedem Stück Torte ab und zu

auf eine ganze, frische Himbeere und hat den saftigen, fruchtigen Geschmack der Himbeere im Mund. Sehr lecker!

Beim Tortenboden habe ich wieder einmal auf das Grundrezept mit den Butterkeksen zurückgegriffen. Dieser Tortenboden hat gegenüber dem Tortenboden aus Toastbrot-Scheibenstückchen den Vorteil, dass er leicht süß ist und somit der ganzen Torte ein wenig Süße mitgibt.

Für den Tortenboden:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllmasse:

- 400 g Frischkäse (2 Packungen à 200 g)
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 400 g Himbeermarmelade
- 125 frische Himbeeren
- 8 Blatt Gelatine
- Milkschokoladenstreusel

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Wartezeit mind. 4 Stdn.



Fruchtig mit viel Himbeere

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Blattgelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Sahne in einem kleinen Topf leicht erhitzen.

Gelatine nach und nach hineingeben und mit dem Schneebesen gut verrühren.

Frischkäse dazugeben, verrühren und auch leicht erhitzen.

Marmelade ebenfalls hineingeben und mit dem Schneebesen gut vermischen.

Himbeeren im Ganzen dazugeben und mit dem Backlöffel vorsichtig unterheben.

Füllmasse auf den Tortenboden in der Backform geben und verteilen.

Torte mindestens 4 Stunden im Kühlschrank erhärten lassen.

Herausnehmen. Backform und Backpapier entfernen.

Torte mit Milkschokoladenstreusel garnieren.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Quark-Brombeer-Trauben-Torte



Mit Brombeer, Traube und Limette

Nach längerer Zeit der Abstinenz von der Zubereitung von Torten und dem Backen mehrerer Rührkuchen habe ich nun wieder eine Torte zubereitet. Natürlich nicht gebacken, denn die Herstellung übernimmt ja wie immer der Kühlschrank.

Meine Speisekammer enthält wieder diverse tierische und pflanzliche Gelatine, die ich auf Vorrat gekauft habe. Und mit der ich nun eben wieder Torten zubereiten kann.

Diese Torte kommt sehr fruchtig daher. Sie enthält zum einen Brombeeren, die ich mit einem Brombeer-Quark als Zutat hinzugebe. Dann frische, halbierte, helle Trauben. Und schließlich noch den Saft einer Limette.

Wer möchte, kann für mehr Süße durchaus noch etwa 100 g Zucker dazugeben.

Den Tortenboden habe ich wie schon des öfteren aus Toastbrotsscheiben und Margarine zubereitet, nach dem bekannten Grundrezept.

Garniert wird die Torte mit etwas brauner Leinsamensaat, damit man beim Essen der Torte auch etwas crunchigen Biss hat.

Für den Tortenboden:

- Grundrezept

Für die Füllmasse:

- 500 g Trauben
- 500 g Brombeer-Quark
- 500 g Speisequark
- 100 ml Sahne
- 1 Limette
- 12 Blatt Gelatine
- Leinsamensaat

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Wartezeit mind. 4 Stdn.



Mit brauner Leinsamensaat garniert

Tortenboden nach dem Grundrezept zubereiten.

Trauben putzen, halbieren und in eine Schüssel geben.

Limette auspressen und Saft in eine Schale geben.

Gelatine in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen.

Sahne, Limettensaft und etwas Quark in einem Topf leicht erhitzen.

Gelatine nach und nach dazugeben und mit dem Schneebesen gut verrühren.

Restlichen Quark dazugeben und alles gut vermischen.

Quarkmasse zu den Trauben in die Schüssel geben und alles gut vermengen.

Füllmasse auf den Tortenboden geben und verteilen.

Mindestens vier Stunden im Kühlschrank erkalten und erhärten lassen.

Torte mit Leinsamensaat garnieren.

Backform und Backpapier entfernen.

Torte auf eine Tortenplatte geben.

Stückweise anschneiden und servieren. Guten Appetit!

Feldsalat und Rucola mit Saure-Sahne-Frenchdressing



Leckerer, frischer Dressing

Ein fertig vorbereiteter Salat, aber eben nur geputzt und aus zwei Salatsorten gemischt.

Das ist zum einen Feldsalat und zum anderen Rucola.

Für das Dressing bereite ich ein Frenchdressing zu, das ich aber noch mit einem Becher saurerer Sahne sozusagen verlängere und verfeinere.

Fertig ist ein frischer Salat mit einem frischen, leicht sauren Dressing. Sehr bekömmlich, gut zu verdauen und sehr gesund.

Für 2 Personen:

- 200 g Salatmischung (2 Packungen à 100 g, Feldsalat und Rucola)

Für das Dressing:

- 1 Knoblauchzehe
- 4 EL Joghurt
- 1 EL Mayonnaise
- 1 EL Weißweinessig

- 1 TL Senf
- 1/2 TL Meerrettich (Glas)
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 1 Becher saure Sahne (200 g)

Zubereitungszeit: 10 Min.



Zwei gemischte Salatsorten

Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden.

Aus dem Knoblauch und allen anderen Zutaten in einer Schüssel ein Dressing zubereiten und gut vermischen.

Salat in eine sehr große Schüssel geben.

Dressing darüber geben und alles gut mit dem Salatbesteck vermischen.

Salat in zwei Schalen geben.

Servieren. Aus der Salatschüssel beim Essen nachservieren.
Guten Appetit!