

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 66

Quelle: F&I/9405

Erdbeer-Rhabarber-Kompott

Zutaten: KOMPOTT

150 gr Rhabarber

300 gr Erdbeeren

KOMPOTT

150 gr Rhabarber

300 gr Erdbeeren

50 ml Orangensaft, 2 EL Zitronensaft

1Päckchen Vanillezucker

4 EL Zucker

1 TL Kartoffelstärke

1/ TL Zimt

PUDDING

1 Päckchen Vanillepuddingpulver mit 500 ml Milch und 2 EL

Zucker nach Tütenanweisung zubereiten

- Zubereitung:**
- 1) Rhabarber säubern und je nach Dicke in 1 - 1/2 cm lange Stücke schneiden. Mit dem 2 EL Zucker, Vanillezucker, Orangen- und Zitronensaft 15 Minuten in einem mittleren, eher kleinen Topf marinieren. Danach kurz erhitzen, die vorher in etwas kaltem Wasser angerührte Stärke einrühren, aufkochen und auf sehrkleiner Flamme weichdünsten. (Nicht zerfallen lassen.)
 - 2) Pudding nach Packungsangaben zubereiten und leicht abkühlen lassen.
 - 3) Geputzte Erdbeeren je nach Größe halbieren, mit den restlichen 2 EL Zucker bestreuen, kurz ziehen lassen, zu dem abgekühlten Rhabarber geben und mit dem Zimt abschmecken.
 - 4) Den warmen Pudding zur Hälfte auf 4 Glasschalen verteilen, dann die Hälfte des Kompotts darauf verteilen und noch einmal je den verbleibenden Pudding und Rhabarber einfüllen.

Urrezept: F&I 5/94 S58

Peter vergibt 3 Sterne

Meine Familie & Ich 5/94 Seite 58

Wertung 3 Sterne

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 3

Quelle: Gamper

Zabaglione

Zutaten: 1 Eigelb pro Person
1/2 Schale Zucker
1/2 Schale Marsalla jeweils pro Person
evtl. ein Teil Weisswein statt Marsalla

Zubereitung: Rühren bzw gut schlagen auf kleiner Flamme bis dicklich.
Bestes Ergebnis im Wasserbad!

Auf einem Sueck Panetone mit frischen Erdbeeren oder anderen Fruechten anrichten.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 5

Quelle: Gamper

Lamm mit Bohnen

Zutaten: Lamm von der Schulter, 800 - 1000 gr.
Oel, Margarine
Salz, Pfeffer
Rosmarin
Knoblauchzwiebel
Semmelbroesel
Petersilie
Butter

Zubereitung: Zubereitung:

Lamm in Stuecke schneiden, in Oel und Margarine anbraten, salzen und pfeffern, Rosmarin und ganze Knoblauchzehen dazu, Dann ca. eine Stunde im Herd, nach 1/2 Std. mit Weißwein abloeschen.

Auf heißer Platte mit Semmelbroesel- Petersilien- gemisch und brauner butter übergiesen.

Beilagen:

Siehe Gemuese/Gruene Bohnen

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 6

Quelle: Gamper

Zwiebelfleisch

Zutaten: Je Person 2 Stuecke Fleisch flachklopfen
oder gleich Rouladenfleisch kaufen.
Oel
Salz,Pfeffer
Rotwein
3 grosse Zwiebeln
Lorbeerblatt
durchwachsener Speck
edelsuesser Paprika

Zubereitung: Fleisch in wenig Oel braun braten, salzen, pfeffern. Fond mit
Rotwein abloeschen. 3 Grosse Zwiebeln in Oel/Margarine anduensten.
Lorbeerblatt, Speckwuerfelchen dazugeben, goldgelb
braten, das gebratene Fleisch dazugeben, mit reichlich Paprika edelsuess, Salz
und Pfeffer wuerzen. Mit "Suppe" aufgiessen, Rotweinfond dazu und in den
Backofen.
Garzeit etwa 1 Stunde.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

Rezeptnr: 9

Quelle: AusItal348

Schweinesteaks mit Plaumensauce

Zutaten:

Zubereitung: Rezeptkopie in Alpha-Register

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 47

Quelle: Siebeck

Kartoffelgratin a la Siebeck

Zutaten: 1 Knoblauchzehe
3-4 Kartoffeln (festkochend); evtl mehr
Salz, Pfeffer, Muskatnuss
1 Becher susses Sahne
1 grosser EL Creme Fraiche

Zubereitung: Die Schuessel mit der Knoblauchzehe ausreiben, dann buttern. Die Kartoffeln in eine Schuessel hobeln, dann abtrocknen. Die Kartoffeln nacheinander in 2-3 Schichten in die gebutterte Form geben. Jede Schicht salzen, pfeffern und darueber etwas Muskatnuss reiben. Dann die mit der Creme Fraiche verruehrte Sahne zu einem Teil (jeweils 1/3) daruebergiessen.

Auf der untersten Stufe im Backofen erst bei 200 Grad, nach 4 Minuten 170 Grad garen. Gesamtzeit ca. 40 Minuten.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

Rezeptnr: 76

Quelle: F&I/Asia/97/25

Hühnersuppe mit Cocosmilch

Zutaten:

Zubereitung:

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 93

Quelle: e&t Gr. Italien

Zucchini in salsa cruda di pomodoro

Zutaten: Für 4-6 Personen:
1,5 kg nicht zu große Zucchini
Salz
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
3/8 l Tomatensaft
1/4 l Olivenöl
3 mittelgroße Knoblauchzehen
4 Bund Basilikum

Zubereitung: Zucchini putzen, waschen und der Länge nach in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Diese auf Küchenkrepp ausbreiten und dünn mit Salz bestreuen. Zucchini so 15 Minuten Wasser ziehen lassen.
In der Zwischenzeit Tomatensaft mit 1/8 l Öl verquirlen. Knoblauchzehen pellen, in den Tomatensaft pressen, herzhaft salzen und pfeffern.
Zucchinischeiben trocken tupfen. Basilikumblätter von den Stielen zupfen. Das restliche Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zucchinischeiben darin portionsweise von beiden Seiten braun braten, danach wieder auf Küchenkrepp ausbreiten. Dann lagenweise mit den Basilikumblättern in eine Form Schichten und immer etwas Tomatensauce dazu gießen. Den Rest zum Schluß darübergießen und alles eine Nacht im Kühlschrank reifen lassen.
Zucchini entweder allein oder als Bestandteil einer großen Vorspeisenplatte servieren. (+Oliven, gehobelter Käse, Salami hauchdünn.)

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 101

Quelle: eigen

Guacamole

Zutaten: 1 getrocknete Serrano- Chili oder 1 frische kleine Chilischoten wie man sie jetzt in Dtlid bekommt
2 große sehr reife Avocados
1 Knoblauchzehe
2 mittelgroße Tomaten
1/2 bis 1 mittlere Zwiebel
1 EL gehackter Koriander

Zubereitung: Avocados halbieren, Kern herausheben, Avocadofleisch mit einem Löffel aus den Schalen lösen, Tomaten schälen (Haut abziehen), Stielansatz entfernen und hacken, Zwiebel und Knoblauch sehr klein hacken, Trockenchili mit etwas warmem Wasser einweichen, frischen Chili längs aufschneiden und Weißes und Samen entfernen, sehr klein schneiden.
Alles in eine Schüssel geben und mit einer Gabel zerdrücken. Koriander teils untermischen, teils drüberstreuen

Dieses Rezept kommt ohne Salz aus, man kann aber natürlich etwas salzen.
Auch kann man nach Geschmack die Knoblauch- und Chilimenge erhöhen.

Die Guacamole kann als Dipp mit neutralgewürzten Maischips gereicht werden.
Dann kann man sie auch in einem Mixer feiner pürieren.
Oder man bietet sie als Vorspeise an. Dann sollte man sie gröber lassen und in die Schalenhälften zurückfüllen.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 82

Quelle: Anke

Mexikanische Kürbissuppe

Zutaten: 300 g Kürbisfleisch, gewürfelt
2 EL Maiskeimöl
1 grüner Gemüsepaprika/Peperoni, in Streifen
1 große Zwiebel feingehackt
2 Tomaten geschält, gewürfelt
1 L Gemüsebrühe/-bouillon
1 TL getrocknete Pfefferminze oder 1 Zweig frische Pfefferminze, feingehackt
2 EL Dinkelmehl
1,5 dl Rahm oder Milch
Chilipfeffer nach Belieben*
1/2 TL geriebene Muskatnuß
1 TL Akatienhonig
Petersilie und Koriandergrün feingehackt

Zubereitung: 1. Kürbis im Dampf garen, pürieren
2. Gemüsepaprika, Zwiebeln und Tomaten im Öl dünsten. Kürbispüree, Gemüsebrühe und Pfefferminze dazugeben. 15 - 20 Minuten köcheln lassen.
3. Mehl mit Milch oder Sahne glattrühren. Unter Rühren mit dem Schneebesen zur Suppe geben. Aufkochen. Suppe würzen und abschmecken. Mit den Kräutern garnieren.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 78
Quelle: F&I/9503/28

Orientalische Curry-Reis-Pfanne

Zutaten: 300 gr Hähnchenbrust
2 Zucchini (300 gr)
1 Zwiebel
250 gr Basmatireis
2 EL Pinienkerne
2 EL Rosinen
4 EL Sesamöl
Salz, weißer Pfeffer, 1 EL Curry

Zubereitung: 1. Hähnchenbrust in dünne Scheiben schneiden. Zucchini ganz fein würfeln (in Reiskorngröße); das geht auch mit dem Rohkostteufel - feine Einstellung. Zwiebel kleinhacken.
2. Den Reis nach der bevorzugten eigenen Methode bzw. Können garen.
3. Pinienkerne ohne Fett leicht anrösten. Aber Vorsicht nicht anbrennen; beiseite stellen.
4. Hähnchenfleisch im Wok gut anbraten, herausnehmen. Zwiebeln in Öl andünsten, Zucchiniwürfel, Rosinen, Salz und Pfeffer zugeben, unter Rühren 7 Minuten garen.
5. Gegarten Reis und Curry untermengen. Hähnchenfleisch unterheben. Die Pinienkerne darüberstreuen.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 102

Quelle: Neús Carbo

Guacamole a la Neús

Zutaten: 1 reife Avocado
1 kleine Zwiebel
1 Tomate
Saft einer halben Zitrone, besser noch Limette

Zubereitung: Diese Menge jeweils nach Größe der Essensrunde vervielfachen.

Zwiebel und Tomate kleinhacken, dann alles zusammen mit einer Gabel zerdrücken, Wieder in die leeren Avocadoschalen zurückfüllen.

Je kleiner die Menge, um so wichtiger ist es in Bezug auf die Zitrone abzuschmecken!!

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 64

Quelle: So'Suppen

Kerbelsuppe

Zutaten: 2 Hände voll frischer Kerbel
1 EL Butter
1 1/2 EL Mehl, Salz
1/4 l Milch, Pfeffer
3/4 l Hühnerbrühe
1 Eigelb mit etwas Sahne verquirlt

Zubereitung: Aus Butter Mehl und Milch eine Mehlschwitze zubereiten. Die Hühnerbrühe und die gewaschenen und grob gehackten Kräuter dazugeben. Bis zum Kochen erhitzen und mit dem Eigelb und der Sahne verquirlen.

Variante: Statt des Kerbels nimmt man andere frische Kräuter in gleicher Menge wie Petersilie, Dill, Estragon, Thymian, Basilikum, Salbei.

(Erstmals Juni 94)

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 31

Quelle: 100Berüh39

Hammelpilaw

Zutaten: 3 Essloeffel Oel
1 Knoblauchzehe
3 EL abgezogene Mandeln
2 Zwiebeln
500 gr Hammelfleisch
Salz, Paprika
1 Messerspitze Safran
3/4 Ltr Fleischbruehe
250 gr Reis
100 gr Rosinen

Zubereitung: Hammelpilaw
=====
100 Beruehmteste S.39

Oel im Topf erhitzen, Knoblauchzehe und Mandeln darin anroesten. Knobfel wieder herausnehmen, feingeschnittene Zwiebeln hineingeben, anroesten, dann das in Wuerfel geschnittene Fleisch hinzugeben und braeunen. Mit Salz und Paprika wuerzen, Fleisch mit der Bruehe abloeschen. Etwa 60 Minuten zugedeckt kochen, dann den Reis und die Rosinen dazugeben. Eine Messerspitze Safran dazu. Reis bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten garquellen lassen. Mit Kopf oder Tomatensalat servieren.

Am 12.5.2000 - Besuch Ute und Chrissi - besonders gut gelungen!

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 57

Quelle: Brigitte

Miesmuscheln (Franzoesische Muscheln)

Zutaten: 3 kg Muscheln
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 EL Oel
1 l Fleischbruehe (Wuerfel)
1/2 l herber Weisswein
1 grosse Dose Tomaten
1 Lorbeerblatt, Salz,
Pfeffer,
Edelsuesspaprika,
Cayennepfeffer, Basilikum, Thymian,
Estragon

Zubereitung: Muscheln waschen, buersten und den Bart entfernen. Zwiebelwuerfel mit Knoblauch in Oel anduensten. Bruehe, Wein und puerierte Tomaten zugliessen. Mit den oben angegebenen Zutaten wuerzen. Den wuerzigen Sud 15 Minuten lang leise kochenlassen. Muscheln zugeben, etwa 10 Minuten lang kochen (hochschalten) bis sich alle Muscheln geoeffnet haben. Dazu Baguette und Bordeaux sec. (siehe auch Miesmuscheln Putzen)

Uebrigens...

Vollkornbrot mit Butter oder Baguette zu den Muscheln reichen. Weine: Entre deux mers, Bordeaux sec, Muscadet oder trockener Riesling.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ...

Rezeptnr: 58

Quelle: E&T/8102

Miesmuscheln (So putzt man ...)

Zutaten:

Zubereitung:

Bereits vorgeputzte Muscheln in kaltem Wasser waschen. "Bart" mit kraeftigem Ruck aus der geschlossenen Muschelschale ziehen. Geschlossene und offene Muscheln sortieren. Muscheln mit zertruemmerter Schale sofort wegwerfen, Muscheln mit offener Schale erst, wenn sich Schalen nach etwa einer Viertelstunde nicht geschlossen haben.

Intakte Muscheln sauber buersten und mehrmals in kaltem Wasser waschen.

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..

Rezeptnr: 77

Quelle: F&I/9503/16

Herzhafter Apfel-Möhren-Teller

Zutaten: 3-4 große Möhren
3 mittelgroße säuerliche Äpfel
2 kleine Fenchelknollen
2-3 EL Haselnußblättchen
5 EL Haselnußöl
Saft einer Zitrone
1 Prise Zucker

Zubereitung:

... und was muß ich einkaufen ?

.. ein Rezept aus PetersKochkiste ..