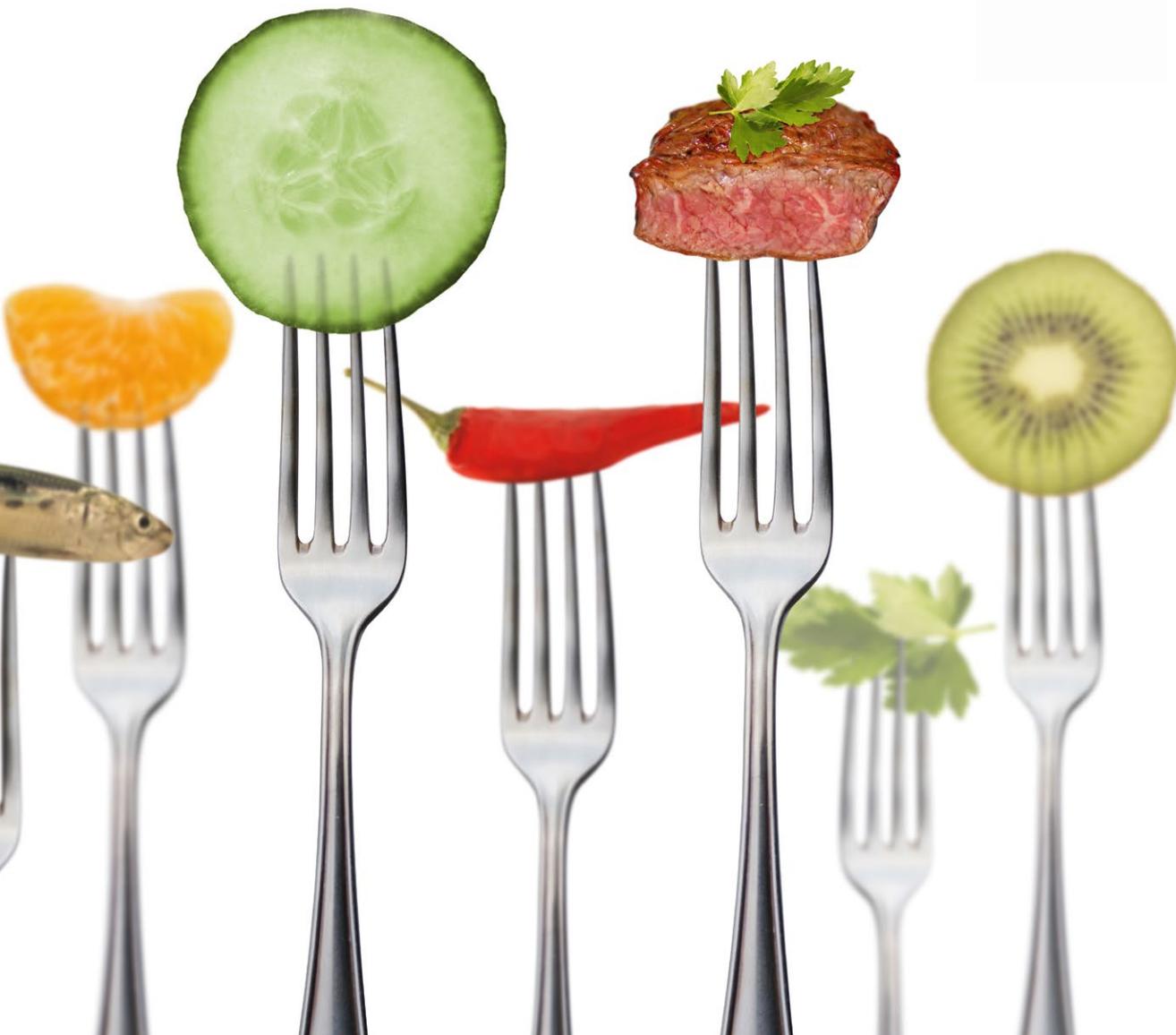


Ines Gallenkamp



REZEPT

*Werkstatt*

*Leseprobe*

REZEPTIDEEN FÜR JEDEN TAG

Vorwort →

Die Leidenschaft und Freude, die ich in meiner Werkstatt – der Küche – täglich erfahre, möchte ich mit meinen Rezepten nun an Sie weiter geben. Mein Buch enthält Rezepte, die Sie ganz wunderbar in Ihren Alltag einbringen können.

Mit meinem Buch „Rezeptwerkstatt“ können Sie Gerichte ganz einfach nachkochen. Sie müssen hierfür weder eine Ausbildung zum Koch oder Konditor vorweisen können und brauchen auch keine exotischen Zutaten, die hinterher im Schrank Ihren Platz weg nehmen.

Die Rezepte basieren auf überlieferten Familienrezepten, Eigenkreationen und gesammelten Werken, welche von mir immer wieder verfeinert wurden.

Sie sind leicht verständlich und in kurzer Zeit herzustellen – auch wenn die Beschreibung manchmal lang erscheint.

Meine Bekannten und „Testesser“ waren und sind immer wieder begeistert.

Probieren Sie es selbst und bilden sich Ihre eigene Meinung nach dem Motto:

*Kühlschrank auf - jetzt wird gekocht*

*Ich bitte Sie sich an das Copyright zu halten. Mein E-Book oder Auszüge davon dürfen in keiner Form kopiert oder weiter gegeben werden. Seien Sie bitte ehrlich in dem Sie mein E-Book auch ehrlich bezahlen/bezahlt haben. Sie erhalten im Gegenzug Rezepte, die Ihre Familie lieben wird.*

# Inhalt

VORWORT  
2

INHALT  
4

SUPPEN  
8

SALATE  
20

SALAT-  
SAUCEN  
28

HAUPT-  
GERICHTE  
32

DESSERTS  
64

FINGER-  
FOOD & CO.  
70

DIPPS  
82

KUCHEN  
88

PLÄTZCHEN  
106

GETRÄNKE  
112

REZEPT-  
INDEX  
118

## Suppen

RAHMSUPPE MIT PILZEN	11
GEMÜSECREMESUPPE	12
MITTERNACHTSSUPPE	12
KÄSESUPPE	13
CHAMPIGNONCREMESUPPE	14
PIZZASUPPE	14
KARTOFFELSUPPE	15
MÖHRENSUPPE	16
GYROSSUPPE	17
SUPPENKLÖSSCHEN	17
KÜRBIS-KOKOS-SUPPE MIT ROTEN LINSEN	18

## Salate

NACHO-SALAT	22
REISSALAT	23
NUDELSALAT	24
WIENER KARTOFFEL-SALAT	24
KRAUTSALAT	25
TORTELLINISALAT	25
NUDELSALAT „ASIA“	26
KARTOFFEL-SALAT	27
SPAGHETTISALAT	27
THUNFISCHSALAT	27

## Salatsaucen

BALSAMICO-OLIVENÖL-DRESSING	30
ITALIENISCHES DRESSING	30
SCHMAND-SAHNE-DRESSING	30
JOGHURT-KRÄUTER-DRESSING	31
SAHNE-DRESSING	31
SALATSAUCE MIT ESSIG UND ÖL	31

## Hauptgerichte

SAUCE BOLOGNESE	35
NUDELAUFLAUF	36
CURRY-SAHNE-GESCHNETZELTES	37
FILETPFANNE	37
LASAGNE	38
HIRTENTOPF	40
KARTOFFELGRATIN	41
VEGETARISCHE PFANNE	41
FISCHAUFLAUF	42
ZWIEBELSCHNITZEL IN RAHMSAUCE	42
CHILI CON CARNE	43
GEMÜSE-NUDELAUFLAUF	43
GEMÜSELASAGNE	44
HÄHNCHEN IN ZUCCHINI-CURRY-SAHNE-SAUCE	45
KARTOFFELTORTILLA	46
GEFLÜGEL-FRIKASSE	47

GRÜNKOHL	47
HÄHNCHENPFANNE „ASIA“	48
HÄHNCHEN	49
KAISERSCHMARRN	50
RHABARBER	50
HÜHNERFRIKASSE	52
CHAMPIGNONSCHNITZEL	53
GEFÜLLTE TORTELLINI MIT THUNFISCH	53
PILZPASTA IN EINER VIER-KÄSE-SAUCE	54
NUDEL-HACK-AUFLAUF	55
WÜRZIGER WINTERAUFLAUF	56
FISCHSTÄBCHEN	58
ZUCCHINI	58
PAPRIKA-HÄHNCHEN-FILET	59
BROKKOLI-PILZTOPF	61
KARTOFFEL-KÄSE-GRATIN	61
COUSCOUS MIT GEMÜSE	62

## Desserts

KIRSCHENDESSERT	66
PHILADELPHIA TRAUM	66
HERRENCREME	67
TUTTI FRUTTI	67
TIRAMISU	68

## *Fingerfood & Co.*

ZWIEBELKUCHEN	72
BROT	73
QUARKBRÖTCHEN	73
HACKFLEISCH-SCHNECKEN AUS BLÄTTERTEIG	74
HACKFLEISCH-SCHNECKEN AUS PIZZATEIG	74
ALLGÄUER KÄSEFRIKADELLEN	75
HACKBÄLLCHEN	75
CHAMPIGNONS (GEFÜLLT)	76
WÜRZIGER KÄSEKUCHEN	78
KÄSE-KOUVERT	79
BLINDER FISCH	80
HEFEPÜFFERCHEN	80
MAISPLÄTZCHEN	81
PIZZABRÖTCHEN	81

## *Dipps*

AJVAR DIPP	84
KÄSE-SAUCE	84
DIPP VON TANTE ANNE	85
KRÄUTERQUARK	85
CASHEW-DIPP	86
MEXIKANISCHER DIPP	86
EIERSAUCE	87
ZWIEBELMARMELADE	87

## *Kuchen*

SCHOKO-HIMBEER-TORTE	90
PFLAUMENKUCHEN	91
KÄSEKUCHEN	92
QUARKWAFFELN	92
WINDBEUTEL	92
BIRNENTORTE	94
APFELKUCHEN	95
SPIEGELEIERKUCHEN	95
JOGHURT-HIMBEER-TORTE	96
RICOTTA-TORTE MIT KIRSCHEN	97
APFELKUCHEN MIT GEKOCHTER SAHNE	98
ROTWEINKUCHEN	98
FAULE-WEIBER-KUCHEN	99
KÄSE-ZUPFKUCHEN	100
EIERLIKÖRKUCHEN	101
MAKRONTORTE	101
PFLAUMENKUCHEN MIT QUARKFÜLLUNG	102
AMARETTINI-HIMBEER-TORTE	103
FERNANDAS ERDBEERTORTE	104
ANJAS ERDBEERTORTE	104
ERDBEER-FRISCHKÄSE-TORTE	105

## *Plätzchen*

NUSSECKEN	108
SPEKULATIUS	109
SPITZGEBÄCK	109
BÄRENTATZEN	110
PINIENKERNKUGELN	111
SCHIENENPLÄTZCHEN MIT KOKOSRASPELN	111

## *Getränke*

HIMBEERLIKÖR	115
KIRSCHBOWLE	115
MARACUJABOWLE	116
ROTWEINLIKÖR	116
MARZIPANLIKÖR	117

*Supper*





## RAHMSUPPE mit Pilzen

für 4 Personen

10 g getrocknete Stein- oder Shiitake-Pilze

1 Zwiebel

200 g kleine, frische Pilze

50 g Butter

35 g Mehl

100 ml Weißwein

600 ml Gemüsebrühe oder Pilzfond (Glas)

200 ml Sahne

Salz

Pfeffer

4 Teelöffel Crème fraîche

- 1 Getrocknete Pilze in ca. 100 ml heißem Wasser mindestens 60 Minuten einweichen.
- 2 Die Zwiebel fein würfeln, die frischen Pilze in Scheiben schneiden. Eingeweichte Pilze heraus nehmen, kalt abbrausen und trocken tupfen. Das Einweichwasser durch ein feines Sieb seihen und auffangen.
- 3 Zwiebel in 40 g Butter glasig dünsten. Eingeweichte und die Hälfte der frischen Pilze zufügen und kurz mitdünsten. Mit Mehl bestäuben, unter Rühren kurz anschwitzen und mit Wein ablöschen. Das Einweichwasser mit der Brühe (oder Pilzfond) sowie Sahne angießen. Alles aufkochen und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4 Übrige Pilze in der restlichen Butter anbraten, salzen und pfeffern. Die Suppe mit dem Pürierstab pürieren und auf Tellern anrichten. Mit Crème fraîche verzieren.

Wer mag, dekoriert die Suppe vor dem Servieren noch mit frischen Kräutern



## MEXIKANISCHER SCHICHTSALAT

# Nacho-Salat

für 8 Personen

1 Zwiebel

2 Zehen Knoblauch

1 Esslöffel Olivenöl

200 g Hackfleisch

2 Dosen Mais

2 Dosen Kidney-Bohnen

1 Flasche Salsa Sauce

(z.B. Maggi Texicana Salsa, 500 ml)

1 Eisbergsalat

250 g geriebener Käse

1 Becher Schmand oder Crème fraîche

1 Tüte Nacho-Chips

- 1 Die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln. In Olivenöl glasig dünsten. Das Hackfleisch hinzu geben und braten — ggf. nachwürzen. Alles in eine Schüssel geben und abkühlen lassen.
- 2 Über das Hackfleisch schichtweise eine Dose Mais, eine Dose Kidney-Bohnen und eine halbe Flasche Salsa-Sauce geben. Darauf die zweite Dose Mais, die zweite Dose Kidney-Bohnen und die restliche Salsa-Sauce schichten.
- 3 Den Eisbergsalat waschen, zerkleinern und auf den Salat geben. Den Schmand auf den Salat streichen, darauf den geriebenen Käse streuen.
- 4 Die Nacho-Chips zerbröseln und auf den Käse geben. Einige Nacho-Chips zur Deko übrig lassen.

Nachos sind ein kleine meist dreieckig geformte Chips aus Maismehl.





## REIS *Salat*

250 g Reis

1 rote Paprika

1 gelbe/orange Paprika

2 Zwiebeln

250 g gekochter Schinken

2 Dosen Mandarinen

2 Becher saure Sahne

250 g Miracel Whip

2 Esslöffel Sojasauce

2 Esslöffel Zucker

1 Prise Salz

- 1 Den Reis nach Packungsanweisung kochen. Paprika, Zwiebeln und gekochten Schinken würfeln.
- 2 Alle Zutaten miteinander vermengen.

Tipp: Der Salat sollte nicht einen Tag vorher zubereitet werden, da die Sauce am Tag danach recht flüssig wird.

# GEMÜSE- Couscous

für 4 Personen

1 Zwiebel

2 Zehen Knoblauch

500 g schlanke Möhren

1 Stange Porree (dünn)

3 kleine Paprikaschoten (rot und gelb)

3 Spitzpaprika

125 g Prinzessbohnen

3 Tomaten

1 Teelöffel Koriandersamen (gehäuft)

3 Pimentkörner

1 Teelöffel Kumin (Kreuzkümmel)

1 Teelöffel Kurkuma

2 Teelöffel Paprikapulver

1 Teelöffel frische Thymianblätter

70 g Butter

Salz

100 g weiche Aprikosen

1 kl. Dose Kichererbsen

240 g Couscous (instant)

- 1 Gemüse waschen, putzen und wenn nötig schälen. Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln, Möhren in Scheiben schneiden, Porree in Scheiben hobeln. Die Paprikaschoten und die Spitzpaprika entkernen, längs vierteln und würfeln. Peperoni entkernen und würfeln. Die Bohnen quer halbieren, die Tomaten fein würfeln.
- 2 Für die Gewürzmischung Koriandersamen, Piment und Kumin im Mörser zerdrücken und mit Kurkuma, Paprikapulver und Thymian vermischen.
- 3 Knoblauch- und Zwiebelwürfel bei recht milder Hitze in 40 g Butter langsam glasig dünsten. Die Möhren zugeben und unter häufigem Rühren 8 Minuten mitdünsten.

- 4 Das restliche Gemüse (außer den Bohnen und den Kichererbsen) dazugeben, salzen und weitere 8 Minuten mitdünsten. Alles mit der Gewürzmischung bestreuen und weitere zwei Minuten dünsten.
- 5 800 ml Wasser dazu gießen und die Aprikosen unterrühren (Aprikosen kann man auch weg lassen). Bei mittlerer Hitze zugedeckt garen.
- 6 Couscous nach Packungsanweisung zubereiten und mit 25 g weicher Butter locker mischen. Gemüse mit dem Couscous vermischen oder getrennt servieren!





## PHILADELPHIA *Traum*

3 Becher Sahne
2 Päckchen Sahnesteif
250 g Zucker
3 Päckchen Vanillezucker
400 g Frischkäse
3 Dosen Mandarinen
1 Glas Kirschen
1 Dose Pfirsiche
200 g Mandelblättchen
3 Esslöffel brauner Zucker

- 1 Zuerst die Mandelblätter in einer Pfanne ohne Fett mit dem Zucker unter ständigem Rühren karamellisieren lassen und zum Abkühlen beiseite stellen. Mandarinen, Kirschen und Pfirsiche abtropfen lassen, die Pfirsichhälften in Stücke schneiden.
- 2 Die Sahne mit Sahnesteif schlagen und mit Zucker, Vanillinzucker und Frischkäse cremig verrühren.
- 3 Die Hälfte der Creme in eine große, flache Servierschale geben. Die abgetropften Früchte darauf verteilen.
- 4 Die restliche Creme darüber streichen und darauf die gerösteten Mandelblättchen streuen.

## KIRSCHEN *Dessert*

für 5 Personen

500 g Quark
140 g Zucker
2 Päckchen Vanillinzucker
2 Becher süße Sahne
10 Scheiben Zwieback
100 g Schokolade
100 g Mandeln
2 Esslöffel Zucker
2 Gläser Sauerkirschen (Saft aufheben)
2 Päckchen Vanillinzucker
2 Päckchen Sahnesteif

- 1 Quark, Zucker, Vanillinzucker und etwas Sahne cremig rühren. Gemahlener Zwieback, geraspelte Schokolade, Mandeln und Zucker vermischen. Etwas Kirschsaff zuzufügen. Alles gut verrühren.
- 2 Nun lagenweise in eine Schüssel Quarkcreme, Zwiebackmasse und Kirschen füllen. Restliche Sahne, Vanillinzucker und Sahnesteif schlagen. Das Kirschdessert damit verzieren und bis zum Servieren kalt stellen.





## Herrencreme

1 Liter Milch

1 Prise Salz

2 Päckchen Vanillepuddingpulver

6 Esslöffel Zucker (gestrichene)

1 Schokolade

20 ml Rum (ein Schnapsglas)

1 Becher Sahne

- 1 Die Schokolade raspeln und in den Kühlschrank stellen.
- 2 Von der Milch 8 Esslöffel abnehmen und damit den Zucker, das Puddingpulver und das Salz anrühren. Die übrige Milch zum Kochen bringen. In die kochende Milch das Puddingpulvergemisch einrühren und den Pudding aufkochen lassen. Damit sich keine Haut bildet den Pudding gelegentlich umrühren—bis der Pudding kalt ist.
- 3 Die Sahne steif schlagen und mit dem Rum in den Pudding geben.
- 4 Wenn der Pudding kalt ist die Schokoladenraspeln zufügen.

## TUTTI Frutti

Butterkekse

Erdbeeren

Vanillepudding zum Kochen

- 1 4 Butterkekse in Stücke brechen und in Schälchen geben.
- 2 Darauf die in Viertel geschnittenen und gezuckerten Erdbeeren.
- 3 Den Pudding nach Anleitung kochen und darüber geben. Zum Verfeinern kann man unter den Pudding auch Eischnee heben.

## ZWIEBEL *Kuchen*

1 Paket Pizzateig (z.B. von Mondamin)

200 g durchwachsener Speck

1 kg Zwiebeln

400 g Crème fraîche

2 Eier

400 g geriebener Käse

- 1 Den Pizzateig laut Anweisung zubereiten und auf einem Backblech ausrollen.
- 2 Speck fein würfeln und auslassen. Die Zwiebeln in Scheiben hobeln und im Speck dünsten.
- 3 Crème fraîche mit Eiern verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Masse mit den kalten Zwiebeln verrühren. Den Käse darunter heben und auf den Pizzaboden streichen.
- 4 Bei 150 Grad, 50 Minuten im Backofen backen.





## Brot

### Grundteig:

400 g Mehl

305 ml Milch

1 Päckchen Backpulver

### Variante mit Zwiebeln:

1 Teelöffel Salz

60 g Röstzwiebeln

### Variante mit Käse und Kräutern:

1 Teelöffel Salz

200 g geriebener Käse

1 Esslöffel Kräuter

- 1 Die Zutaten für den Grundteig vermengen.
- 2 Die Zutaten der jeweiligen gewünschten Variante und der den Grundteig kneten und in eine gefettete Kastenform füllen.
- 3 Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad, 40 Minuten backen.
- 4 Nach 5 Minuten Standzeit das Brot aus der Form stürzen.

## QUARK Brötchen

250 g Quark

2 Esslöffel Öl

8 Esslöffel Milch

300 g Mehl

1/2 Teelöffel Salz

1 Esslöffel Zucker

1 Päckchen Backpulver

100 g Röstzwiebeln

- 1 Den Quark mit Öl und Milch verrühren. Die restlichen Zutaten zufügen und verkneten.
- 2 Aus dem Teig mittelgroße Brötchen (halb so groß wie ein normales Brötchen) formen und auf ein Backblech legen.
- 3 Bei 180 Grad 25 Minuten backen, bis sie goldgelb sind.
- 4 Der Teig kann einen Tag vorher zubereitet werden. Die Röstzwiebeln aber erst kurz vor dem Backen unter kneten.

**Tipp:** Die Quarkbrötchen schmecken am Besten gaaanz frisch aus dem Backofen, wenn sie noch warm sind. Sie passen ideal zu einem Grillabend mit Dips.

<i>A</i> AVAR DIPP	84	FILETPFANNE	37	KARTOFFELGRATIN	41
ALLGÄUER KÄSEFRIKADELLEN	75	FISCHAUFLAUF	42	KARTOFFEL-KÄSE-GRATIN	61
AMARETTINI-HIMBEER-TORTE	103	FISCHSTÄBCHEN	58	KARTOFFELSALAT	27
ANJAS ERDBEERTORTE	104	<i>E</i> GEFLÜGEL-FRIKASSEE	47	KARTOFFELSUPPE	15
APFELKUCHEN	95	GEFÜLLTE TORTELLINI MIT THUNFISCH	53	KARTOFFELTORTILLA, SPANISCHE	46
APFELKUCHEN MIT GEKOCHTER SAHNE	98	GEMÜSECREMESUPPE	12	KÄSE-KOUVERT	79
<i>B</i> BALSAMICO-OLIVENÖL-DRESSING	30	GEMÜSELASAGNE	44	KÄSEKUCHEN	92
BÄRENTATZEN	110	GEMÜSE-NUDELAUFLAUF	43	KÄSE-SAUCE	84
BIRNENTORTE	94	GRÜNKOHL	47	KÄSESUPPE	13
BLINDER FISCH	80	GYROSSUPPE	17	KÄSE-ZUPFKUCHEN	100
BROKKOLI-PILZTOPF	61	<i>H</i> HACKBÄLLCHEN	75	KIRSCHBOWLE	115
BROT	73	HACKFLEISCH-SCHNECKEN AUS BLÄTTERTEIG	74	KIRSCHENDESSERT	66
<i>C</i> CASHEW-DIPP	86	HACKFLEISCH-SCHNECKEN AUS PIZZATEIG	74	KRÄUTERQUARK	85
CHAMPIGNONCREMESUPPE	14	HÄHNCHEN	49	KRAUTSALAT	25
CHAMPIGNONS (GEFÜLLT)	76	HÄHNCHEN IN ZUCCHINI-CURRY-SAHNE-SAUCE	45	KÜRBIS-KOKOS-SUPPE MIT ROTEN LINSEN	18
CHAMPIGNONSCHNITZEL	53	HÄHNCHENPFANNE „ASIA“	48	<i>L</i> LASAGNE	38
CHILI CON CARNE	43	HEFEPÜFFERCHEN	80	<i>M</i> MAISPLÄTZCHEN	81
COUSCOUS MIT GEMÜSE	62	HERRENCREME	67	MAKRONENTORTE	103
CURRY-SAHNE-GESCHNETZELTES	37	HIMBEERLIKÖR	115	MARACUJABOWLE	116
<i>D</i> DIPP VON TANTE ANNE	85	HIRTENTOPF	40	MARZIPANLIKÖR	117
EIERLIKÖRKUCHEN	103	HÜHNERFRIKASSEE	52	MEXIKANISCHER DIPP	86
EIERSAUCE	87	<i>I</i> ITALIENISCHES DRESSING	30	MITTERNACHTSSUPPE	12
ERDBEER-FRISCHKÄSE-TORTE	105	JOGHURT-HIMBEER-TORTE	96	MÖHRENSUPPE, PÜRIERTE	16
<i>F</i> FAULE-WEIBER-KUCHEN	99	JOGHURT-KRÄUTER-DRESSING	31	<i>N</i> NACHO-SALAT	22
FERNANDAS ERDBEERTORTE	104	<i>K</i> KAISERSCHMARRN	50	NUDELAUFLAUF	36

NUDEL-HACK-AUFLAUF	55	SPAGHETTISALAT	27
NUDELSALAT	24	SPEKULATIUS	109
NUDELSALAT „ASLA“	26	SPIEGELEIERKUCHEN	95
NUSSECKEN	108	SPRITZGEBÄCK	109
PAPRIKA-HÄHNCHEN-FILET	59	SUPPENKLÖSSCHEN	17
PFLAUMENKUCHEN	91	THUNFISCHSALAT	27
PFLAUMENKUCHEN MIT QUARKFÜLLUNG	102	TIRAMISU	68
PHILADELPHIA TRAUM	66	TORTELLINISALAT	25
PILZPASTA IN EINER VIER-KÄSE-SAUCE	54	TUTTI FRUTTI	67
PINIENKERNKUGELN, ITALIENISCHE	111	VEGETARISCHE PFANNE	41
PIZZABRÖTCHEN	81		
PIZZASUPPE	14		
QUARKBRÖTCHEN	73		
QUARKWAFFELN	93		
RAHMSUPPE MIT PILZEN	11		
REISSALAT	23		
RHABARBER	50		
RICOTTA-TORTE MIT KIRSCHEN	97		
ROTWEINKUCHEN	98	WIENER KARTOFFELSALAT	24
ROTWEINLIKÖR	116	WINDBEUTEL	93
SAHNE-DRESSING	31	WÜRZIGER KÄSEKUCHEN	78
SALATSAUCE MIT ESSIG UND ÖL	31	WÜRZIGER WINTERAUFLAUF	56
SAUCE BOLOGNESE, DIE ECHTE	35	ZUCCHINI	58
SCHIENENPLÄTZCHEN MIT KOKOSRASPELN	111	ZWIEBELKUCHEN	72
SCHMAND-SAHNE-DRESSING	30	ZWIEBELMARMELADE	87
SCHOKO-HIMBEER-TORTE	90	ZWIEBELSCHNITZEL IN RAHMSAUCE	42

# Rezept-Index ←

Kaufen Sie das komplette eBook auf  
[www.rezeptwerkstatt.com](http://www.rezeptwerkstatt.com)