Food Book

56 Lieblingsrezepte von herzhaft bis süß

FOOD BLOG AWARD®

Farinata di ceci (Kichererbsenfladen) mit Rote-Bete-Dip und gegrillten Zucchini

Vegetarisch Zuckerfrei Glutenfrei Ohne Nüsse

Zutaten für 4 Personen
Zubereitungszeit (ohne Ruhezeit): 60 Minuten
Backzeit: 30 Minuten

Für die Farinata di ceci (Kichererbsenfladen):

150 g Kichererbsenmehl
400 ml Wasser
Salz
100 ml Olivenöl
frisch gehackter Rosmarin

Für den Rote-Bete-Dip:

2 mittelgroße Rote-Bete-Knollen (vakuumiert)
120 g Schmand
2 TL Olivenöl
Salz, Pfeffer
Abrieb von ½ Zitrone

Für die gegrillten Zucchini:

2 mittelgroße Zucchini
Fleur de Sel
Olivenöl
2 Knoblauchzehen
frisch gezupfter Thymian

Und so wird's gemacht:

1. Für die Fladen das Kichererbsenmehl mit Wasser und Salz verrühren und abgedeckt im Kühlschrank für etwa 5 Stunden gehen lassen. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Eine Auflaufform mit reichlich Olivenöl einpinseln. Das restliche Öl zur Teig-Mischung geben, ordentlich verrühren und evtl. nochmals mit Salz abschmecken. Teig in die Auflaufform geben und im heißen Ofen ca. 15 Minuten backen. Den gehackten Rosmarin über die Farinata verteilen und weitere 15 Minuten backen, bis der Teig goldbraun und knusprig ist.

2. Für den Dip die Rote Bete mit einer Küchenreibe zerkleinern. Dabei evtl. Einmalhandschuhe anziehen. Schmand, Olivenöl, Salz, Pfeffer und frischen Zitronenabrieb hinzugeben und ordentlich verrühren.

3. Für die gegrillten Zucchini das Gemüse waschen, die Endstücke entfernen und der Länge nach in gleich große Scheiben schneiden. Die Scheiben von beiden Seiten gut salzen. Eine Grillpfanne mit Olivenöl einpinseln und die Zucchini darin goldbraun braten. Beiseitestellen. Den Knoblauch fein hacken und kurz in der heißen Pfanne duftend braun anbraten. Den gebratenen Knoblauch, reichlich Olivenöl und etwas frisch gezupften Thymian über die gebratenen Zucchini geben und einige Stunden abgedeckt ziehen lassen.

Bestes – *Design*

Christine Garcia Urbina
www.trickytine.com

Rote-Bete-Risotto mit Zander und Kokosschaum

Zuckerfrei Glutenfrei

Zutaten für 4 Personen
Zubereitungszeit: 45 Minuten

Für das Risotto:

2 Rote-Bete-Knollen
1 Schalotte
1 l Gemüsebrühe
2 EL Butter
250 g Risottoreis
150 ml Rotwein
40 g Parmesan
150 ml Kokosmilch
frischer Koriander

Für den Fisch:

600 g Zanderfilet
2 EL Kokosöl
1 Bio-Limette (Saft und Schale)
Salz, Pfeffer

Rote Bete gibt diesem Risotto eine unglaublich tolle Farbe und einen fantastischen Geschmack.

Und so wird's gemacht:

1. Rote-Bete-Knollen mit Handschuhen schälen und in Würfel (ca. 1 x 1 cm) schneiden. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Die Gemüsebrühe in einem Topf erhitzen und die ganze Zeit über auf kleiner Flamme warm halten.

2. 1 EL Butter in einem hohen Topf erhitzen und die Schalotten darin andünsten. Den Risottoreis dazugeben und mit anrösten. Dann die Rote-Bete-Würfel dazugeben und alles noch mal durchschwenken. Mit dem Rotwein ablöschen und einkochen lassen.

3. Nach und nach eine Kelle Gemüsebrühe dazugeben und unter Rühren einkochen lassen. Immer so weitermachen, bis das Risotto al dente gekocht ist (dauert ca. 20–30 Minuten). Das Risotto warm halten. Währenddessen den Fisch abspülen, trockentupfen und das Kokosöl in einer großen Pfanne erhitzen. Den Fisch darin auf der Hautseite kross anbraten. Einmal wenden und bei geringer Temperatur gar ziehen lassen. Mit frisch geriebener Limettenschale und Salz und Pfeffer würzen.

4. Das Risotto noch mal erwärmen. Den Parmesan hineinreiben und zusammen mit 1 EL Butter unterrühren, bis er geschmolzen ist. Die Kokosmilch in einem kleinen Topf erhitzen, mit einem Spritzer Limettensaft würzen und mit dem Stabmixer schaumig aufmixen.

5. Das Risotto auf Teller geben, den Fisch darauflegen und mit dem Kokosschaum beträufeln. Zum Schluss noch ein bisschen frisch gehackten Koriander darüberstreuen.

Bestes Food-Picture

www.foodlovin.de

Kulinarische Reise durch das Trüffelland Marken

Italien! Italien ist anders. Italien ist laut und lebhaft. Italien ist ruhig und landschaftlich traumhaft. Vor allem aber ist Italien ein Land, in dem Genuss großgeschrieben wird.
Und da Tanja nichts mehr liebt als kulinarische Reisen, stellt sie uns ihren Geheimtipp, die Marken, eine Region in Mittelitalien vor.

In Marken erlebt man noch ursprüngliches Italien. In der grünen Hügellandschaft gibt es fantastische Lokale, die das Genießerherz höher schlagen lassen. Da in dieser Gegend das ganze Jahr über Trüffeln wachsen, wird damit nicht gespart. Das hat der Region den Beinamen „Trüffelland“ eingebracht.

Selbst einmal auf Trüffelsuche gehen

Vor allem rund um die Gemeinde Acqualagna kommen die knolligen, unterirdisch wachsenden Pilze besonders häufig vor. Von Sommer- bis Wintertrüffeln gibt es eine Vielzahl von Trüffelarten. Vom Trüffelschwein hat sicher jeder schon gehört. In Acqualagna wird die Trüffelsuche mit extra dafür abgerichteten Hunden durchgeführt – eine seltene Suchmethode. Es ist ein Erlebnis, sich selbst durch die Natur auf die Suche zu begeben und nachher stolz eine Trüffel in Händen zu halten.

Kulinarische Zeitreise in ein Bilderbuchdorf

Der kurze Anstieg zum Dorf Mercatello sul Metauro sollte besser zu Fuß statt mit dem Auto zurückgelegt werden. Jeder Schritt nach oben ist ein Genuss! Wildrosen säumen den Weg. Blumen duften herrlich. Im Dorf scheint die Zeit stehen geblieben zu sein, ebenso im Restaurant „Il Girone Dei Golosi“. Rustikale Steinmauern, alte Möbel und authentische Dekoration zieren die Räume. Alle Produkte, die Bernardo in seiner Küche verwendet, stammen aus den Marken. Das Brot mit einem Hauch von Käse als Vorspeise schmeckt mir mit dem regionalen, sogenannten Marche-Wein besonders lecker. Auch Cagli ist ein Ort für Genießer. Er überrascht mich mit einer wunderschönen alten Kirche, Theater und Wehrturm. Inmitten des historischen Dorfkerns kehren wir ins „Ristorante la Gioconda“ ein. Persönlich werden wir vom Chefkoch begrüßt.

Vom Garten des Restaurants „Il Girone Dei Golosi“ in Mercatello sul Metauro hat man einen wunderschönen Blick über die bergige Landschaft der Region Marken

Schmale Gassen, alte Mauern – im Dorf Mercatello sul Metauro scheint die Zeit stillzustehen

Wie finden Hunde Trüffel? Als Tanja eine Knolle in der Hand hat, versteht sie es: Frisch riecht sie sehr intensiv

Tiramisu und Mandelkuchen schmecken in Italien doppelt lecker

Lasagne deluxe: Mit Gemüse aus der Region und frischen Trüffeln aus Acqualagna

Zur Vorspeise gibt es hausgebackenes Brot mit Kräutern und Polenta mit Trüffelöl

Cagli für Genießer – auch am Mittag

Italiener lieben es, ausführlich und gut zu speisen. Eine Reservierung für das „La Gioconda“ ist selbst mittags ratsam. Wir sitzen hinter dicken Mauern. Kerzen erleuchten die Tafel. Fantastische Weine stehen zum Probieren bereit. Ich bin ein Genusstyp, den man mit Vorspeisen glücklich machen kann. Begeistert entdecke ich in schicken Papiertüten das Brotkörbchen. Alles hat hier eine Note der Extravaganz, zwischen hip und althergebracht. Fast zu jedem Gang gibt es Trüffeln, auf unterschiedlichste Art zubereitet – es ist einfach nur köstlich. Mit einem Auge schiele ich zwar schon zur Uhr – wir haben einen straffen Zeitplan. Aber das stört die Italiener wenig. Slow Food bekommt eine andere Bedeutung. Gaumenfreuden stehen in den Marken im Vordergrund. So gießen wir uns noch Wein nach und geben uns vollends dem Genuss hin.

Bester Blog –
Kulinarische Events

Tanja Neumann
www.vielweib.de

New York Cheesecake

Vegetarisch Ohne Nüsse

Zutaten für 8–10 Personen
Zubereitungszeit: 30 Minuten
Backzeit: 70 Minuten

Für den Teig:

150 g Haferkekse
75 g Zwieback
75 g Butter
½ TL Zimt
1 Prise Salz

Für den Belag:

600 g Doppelrahmfrischkäse (Zimmertemperatur)
150 g Rohrohrzucker
20 g Speisestärke
1 Pck. Vanillezucker
2 Eier
120 g Sahne

Für das Topping:

350 g gemischte Beeren (oder auch nur eine Sorte)
1 gestr. TL Speisestärke (optional)

Und so wird's gemacht:

1. Backofen vorheizen (170 °C Ober-/Unterhitze, 145 °C Umluft). Den Boden einer 18-cm-Springform mit Backpapier auslegen und den Rand fetten. Für den Boden Kekse und Zwieback in einen Gefrierbeutel geben, mit einer Teigrolle fein zerbröseln. 75 g Butter schmelzen. Mit ½ TL Zimt, 1 Prise Salz und Zwieback-Keks-Bröseln mischen. In die Form geben und zu einem Boden andrücken. Ca. 10 Minuten backen.

2. Ca. ¼ Frischkäse, 50 g Zucker und Speisestärke auf niedriger Stufe ca. 3 Minuten verrühren. Dann den übrigen Frischkäse unterrühren. Auf höchster Stufe Rest Zucker und Vanillezucker einrühren. Eier einzeln unterrühren. Sahne unterrühren. Nur solange rühren, bis alle Zutaten gerade eben vermischt sind. Springform von außen mit Alufolie verkleiden. Die Käsecreme vorsichtig auf dem Boden verteilen.

3. Die Springform in eine mit heißem Wasser gefüllte, ofenfeste Form stellen, sodass die Springform ca. 2,5 cm im heißen Wasser steht. Bei gleicher Temperatur ca. 1 Stunde backen, bis die Creme bei leichtem Rütteln an der Form kaum noch wackelt. Herausnehmen und die Alufolie entfernen. 1 Stunde abkühlen lassen. Dann mit Frischhaltefolie bedeckt ca. 4 Stunden – am besten über Nacht – in den Kühlschrank stellen.

4. Kuchen aus der Form lösen. Für das Topping die Früchte waschen, entstielen, vorsichtig trocken tupfen und auf dem Kuchen verteilen.

VARIANTE: Wer mag, kann einen Teil der Früchte pürieren – fürs Topping oder als Soße zum Kuchen. Ca. 200 g Beeren pürieren, durch ein feines Sieb streichen und aufkochen. Speisestärke mit 2 EL kaltem Wasser glatt rühren, in das Frucht-Püree rühren. Ca. 1 Minute unter Rühren köcheln. Abkühlen lassen und vorsichtig auf dem Käsekuchen verstreichen. Rest Früchte darauf verteilen.

TIPP: Zwei Bahnen Alufolie über Kreuz auf der Arbeitsfläche auslegen, Springform in die Mitte stellen. Alufolie an der Außenwand der Springform hochziehen, am oberen Rand umschlagen, andrücken und die Form so abdichten.

Bester Blog – Backen

www.monsieurmuffin.de

Mediterrane heiße Limonade

Vegan Laktosefrei Glutenfrei Ohne Nüsse

Zutaten für 2 Personen
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

0,5 l Wasser
Saft von 1 Zitrone
½ Granatapfel
2 Zweige frische Minze
einige Zitronenscheiben
1 EL Honig

Wer sagt denn, dass Limonade nur ein Sommergetränk ist? Diese heiße Version schmeckt nicht nur unglaublich lecker, sondern sie stärkt auch das Immunsystem!

Und so wird's gemacht:

1. Das Wasser zum Kochen bringen. Den Saft der Zitrone auspressen. Die Granatapfel-Hälfte entkernen. Die Minz-Zweige kurz waschen.

2. Alles in eine Karaffe oder Teekanne geben oder direkt in 2 Tassen oder Gläser. Dabei die Granatapfelkerne leicht andrücken, bis etwas Saft herauskommt. Mit heißem Wasser übergießen, ein paar Zitronenscheiben hinzugeben und nach Wunsch mit Honig süßen. Fertig!

Bester Blog – *Englisch*

Rosa Maria Lasdica
www.mediterranealicious.com