



Uta´s Lieblings- rezepte

Käsesouffle

(Menge ist immer zu wenig!)

50g zerlassene Butter mit
50g Mehl und
¼l Milch unter ständigem Rühren
aufkochen lassen vom Herd nehmen
50g Butter
150g geriebenen Käse
4 Eigelb darunter rühren, mit Salz, Pfeffer,
Muskat abschmecken
4 Eiweiß zu Schnee schlagen, darunter
heben in einer gebutterten Form bei
mäßiger Hitze 20 min backen

Roter Bohnentopf

1 Bund Suppenkraut putzen, klein schneiden, in
1/4l Weißwein 15 min dünsten
1 Dose weiße Bohnen
500g geschälte Tomaten dazugeben und mit Salz, Pfeffer, Thymian, Basilikum, Paprika und Cayenne-pfeffer würzen
125g Extrawurst in Würfel schneiden, dazugeben
1 Becher Joghurt zum Schluß darunter mischen

Schmeckt besonders gut nach überstandenen Umzug

Zwiebelwähe (Turrini-erprobt ...)

250g Mehl
1 Ei
3 El Sauerrahm
1 Tl Salz
150g kalte Butter zu einem Teig verkneten und
1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
1/2kg Zwiebeln (kann auch mehr sein, finde ich) in dünne Ringe schneiden
100g Speck (schadet auch nix, wenn mehr) in Würferln schneiden, in der Pfanne mit
1 El Butter auslassen und Zwiebeln im Fett glasig braten
2 Eier
200g Sauerrahm
120 g würzigen Käse (Emmentaler...)
Salz, Pfeffer, Muskatnuß zu einem Guß vereinen
Teig in eine Springform, Speckzwiebelmischung hinein und Guß darüber.
40 min bei 200 Grad....

Topfenauflauf

500g mageren Topfen
4 Eier
8 El geriebenen Käse
1 TI Backpulver vermischen und mit
Paprika und Salz abschmecken

Die Masse in einer Auflaufform 30 min
backen,
Petersilie darüber streuen

Dazu passen Salzkartoffeln und grüner
Salat.

Wurstwecken (8 Stück)

½ kg Mehl
1 TI Salz
100g Butter
1 TI Backpulver
1 dl Wasser zu einem Teig verarbeiten,
soll nicht kleben
100g Extrawurst
1 Essiggurke in nette, kleine, feine Würfel
schneiden mit Küchenkräutern vermengen.
Teig auswellen, in Quadrate schneiden.
Fülle drauf.
Zu Dreiecken zusammenklappen.
1 Ei zum Bestreichen
20 min bei starker Hitze goldgelb backen.

passt gut zu einem Glas Wein

Käsegebäck

(ein Renner in unserer Familie)

250g Mehl

120g Butter

120g geriebener Parmesan

2 Eigelb

6 El Sauerrahm

Salz, Paprikapulver zu einem Mürbteig verarbeiten,
kaltstellen.

Messerrückendick auswellen und mit dem
Rädchen in ca. 2 cm breite und 15 cm
lange, rautenförmige Streifen schneiden.

Mit

Ei bestreichen und mit

Mohn oder auch Kümmel bestreuen.

Ca 15 min bei 190-200 Grad goldgelb bak-
ken

Nicht dunkel werden lassen, schmecken
sonst bitter!

Gebackene Bananen auf Curryreis

1 Tasse Reis in etwas Butter glasig werden
lassen

Salz und Curry

Mit 2 Tassen kochendem Wasser aufgie-
ßen, mit geschlossenem Deckel auf kleiner
Flamme dünsten

Banane

mit Käse (Emmentaler) und
Schinken umwickeln

mit Curry bestreuen und in eine Auflauf-
form legen

bei guter Hitze im Backrohr ankrusten las-
sen

z.B. auf einem Reissockel servieren

Provenzalische Tomaten

8 mittelgroße Tomaten quer halbieren
und Stengelansatz entfernen

2 Knoblauchzehen (ich nehm` auch
mehr...)

5 El Semmelbrösel

1 Bund Petersilie, gehackt

4-5 El Olivenöl

Salz und schwarzer Pfeffer vermengen
und die Masse mit einem Eßlöffel auf die
halbierten Tomaten geben, mit etwas Öl
beträufeln, 15 min auf mittlerer Schiene
goldbraun backen.

Rezept braucht man nur beim ersten Mal,
dann hat man es im Gefühl....

Toskanische Tomatensuppe

1 kg Tomaten vierteln, Stengelansätze
entfernen und bei schwacher Hitze
weich kochen und durch
ein Sieb passieren

6 El Olivenöl in einen Topf geben

2 Knoblauchzehen hacken und mit

1 Bund Basilikum (Blätter grob schneiden)

5 Minuten darin anbraten Tomaten
dazugeben und

15 min bei schwacher Hitze schmoren
lassen

350 g altbackenes Bauernbrot (Scheiben)
toasten, und samt

1 ½ l nicht zu kräftige heiße Fleischbrühe
zu den Tomaten geben

1 Stunde köcheln lassen, ab und zu
umrühren.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und
nach Belieben mit frisch geriebenem Par-
mesan servieren.

Zitronencreme

¼ l Wasser

175g Zucker (oder nur 150g ist auch noch süß)

1 Päckchen Vanillezucker mit etwas abgeriebener Zitronenschale aufkochen

3 Eigelb mit

30g Maizena und etwas Wasser verrühren und unter raschem Rühren ins kochende Zuckerwasser einrühren. Diesen Pudding auskühlen lassen

Saft von 3 Zitronen darunter rühren

Schnee von 3 Eiweiß darunter heben.

Süß und luftig, auch Turrinierprobt, aber vor allem in unserer Familie langjähriger ein Sonntagsdesserthit

Haferflockenmakronen (im schwäbischen Kochbuch)

200g Haferflocken in

50g Butter leicht anbräunen

1 Ei

100g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker zusammen
schaumig rühren

etwas Zitronenschale dazugeben

3-4 El Milch und Haferflocken

1 gestrichener Tl Backpulver

abwechselnd unter die Eimasse

heben mit dem Teelöffel kleine

Häufen auf das Blech setzen

15 min bei starker Hitze backen

Bircher-Benner Tortenboden

150g Butter
250g Zucker
2-4 Eier
2 El Sauerrahm schaumig rühren
125g Haselnuß gerieben dazugeben
125g Haferflocken (feine!!)
250g Mehl mit
 $\frac{3}{4}$ Päckchen Backpulver abwechselnd dar-
unter rühren
Saft und Schale einer halben Zitrone dazu
In einer Springform (27cm) bei 200 Grad so-
lange backen, bis ein hineingestecktes
Stäbchen (Test nach ca. 40min) nicht mehr
klebt.
Den Kuchen auf halber Höhe durchschnei-
den
Boden im Frühjahr mit Ananasbeeren oder
im Herbst mit Weintrauben, (beides auch in
Kombination mit Banane) belegen und mit
Tortengelee übergießen.

Feinster Kirschkuchen (mein Kuchen für die Lesungen)

150g Butter
150g Zucker
4 Eigelb schaumig rühren
125 geriebene Schokolade
1 Tl Zimt
2-3 El Rum
125g geriebene Mandeln
125g Mehl
1Tl Backpulver zum Mehl geben,
alles dazugeben
750g entsteinte Kirschen (Weichseln, mmh)
vorsichtig hineinrühren
Schnee von 4 Eiern darunter heben
Blech oder Springform fetten, mit Bröseln
oder geriebenen Mandeln bestreuen
Bei 200 Grad zw.45 und 60 Minuten
backen

Hietzinger Plätzchen

250g Mehl
120g Zucker
1 Prise Salz
150g Zucker
2 El Kakaopulver
1 Ei
50g Mandelstifte zusammenfügen, zu einer Rolle kneten, 2 Stunden tiefkühlen
in 3-4mm dicke Scheiben schneiden
5-7 min bei 180 Grad backen

ist nicht so sehr süß....

Caramellini

100g Butter
170g Rohrzucker
1 El Honig
1 Ei
1 Prise Salz
Vanille
250g Mehl mit
½ Tl Backpulver zu einem Teig verarbeiten

in Rollen formen, im Tiefkühler fest werden lassen, in Scheiben schneiden,
6-8 min bei 220 Grad in der oberen Backofenhälfte hellbraun werden lassen.

Grüschbrötli

250g Mehl
125g Butter
250g Zucker
1 Prise Salz
1 Tl Zimt
125g geriebene Mandeln
1 Ei zu einem Teig verarbeiten

auf einem gut gefetteten Blech (oder Backpapier) auswellen, mit Ei bestreichen und mit einer Gabel diagonale Kreuzmuster einritzen.

Bei 200 Grad Mittelhitze goldbraun backen, noch heiß in kleine Quadrate schneiden.

Geht wirklich ganz fix

Schoggiherzli

250g geriebene Mandeln
150g Zucker
120g geriebene Schokolade
2-3 El Kirsch
2-3 El Wasser verkneten

Auf Zucker auswellen, Herzen ausstechen und über Nacht trocknen lassen.

Tipp: Ich hab's nicht so mit dem Ausstechen, ich mach´ Kugeln und dreh sie in Zucker...

Paprikagemüse nach Brigitte

(Mezzosopranistin)

<http://www.brigittepinter.com>

½ Tel. Curry mit Öl oder Ghee in der Pfanne erhitzen

1 roten, 1 gelben, 1 grünen Paprika in kleine Stücke schneiden und in der Pfanne dünsten; Cashewkerne nach Geschmack dazugeben und mitdünsten (wenn man sie ein bisschen anbräunen will, kann man sie auch vor dem Gemüse in der Pfanne rösten)

ca. 6 Champignons in grobe Scheiben schneiden und dazugeben;

Salzen

Mit Kokosmilch aufgießen

Abschmecken

Dazu schmeckt Couscous aber auch Hirse!

Viel Spaß beim Experimentieren...

Hirse a la Uta

Etwas Öl in einen Topf geben und eine fein gehackte Zwiebel darin anrösten;

1 Becher Hirse mit heißem Wasser waschen und mit der gedünsteten Zwiebel verrühren;

1 kräftigen Schuss Essig dazugeben!

1 Lorbeerblatt

mit der doppelten Menge (oder auch ein wenig mehr) kochendem Wasser aufgießen

5 Minuten kochen lassen

ca. 20 min nachquellen lassen.

Es schmeckt auch sehr gut, wenn man die Hälfte der Hirse durch rote Linsen ersetzt.

Als Hauptgericht esse ich die Hirse gern mit eine großen Löffel Sauerrahm und geriebenem Käse (Emmentaler und Parmesan). Dazu: grünen Salat!

Orangenhuhn a la Uta

Curry, Zimt, Pfeffer und Korianderkörner
in Ghee erhitzen
Hühnerfilet anbraten,
1 Zwiebel halbiert, 1 Karotte halbiert
2 Kartoffeln, geschält und halbiert
dazugeben und leicht anbraten.
Wenn Fleisch und Gemüse goldbraun ist,
mit
½ Liter Orangensaft aufgießen.
Nach Lust und Laune ev. auch Orangen-
stückchen mitdünsten.
Salz dazugeben. Köcheln lassen.
Wenn der Saft zu sehr eindickt, noch ein-
mal Saft dazugeben.
Wenn Gemüse und Fleisch gar sind,
Sojamilch dazugeben und kurz aufkochen
lassen.
Dazu passt: gemischter ,Blattsalat mit Ruc-
cola, Tomaten und Mozzarella ...

Huhn mit Liebstöckel und Weiß- wein

Hühnerfilet in Weißwein und einigen Zwei-
gen Liebstöckel 24 h einlegen.
Hühnerfilet,
Zwiebel, halbiert,
1-2 Karotten in der Pfanne anbraten.
Weißwein mit Liebstöckel dazugeben.
Mit Salz und Pfeffer würzen.
Köcheln lassen.
Ev. mit Weißwein noch aufgießen.

Vor dem Servieren Schlagobers
dazugeben und erhitzen.

Dazu passen Salzkartoffeln und Blattsalat!

Exotisches Fenchelgemüse von Uta

Curry in Ghee oder Öl erhitzen
Walnüsse mit anrösten
Fenchel in Würfel geschnitten anbraten
Salzen und Pfeffern
Und dann bei geschlossenem Deckel und
kleiner Hitze ohne Wasser weich dünsten.

Rosinen dazugeben
Mit Sojamilch aufgießen

Guten Appetit!

Erfrischender Hüttenkäsesalat

200g Hüttenkäse aus dem Kühlschrank
3 Essiggurken fein würfeln
1 EL Mayonnaise
Essig, Salz, Pfeffer nach Geschmack
vermengen.

Fertig!

Passt gut zum Grillen.