

bgba

Brüder Grimm Berufsakademie
Hanau



Vielfältig kochen

Rezeptsammlung zum
Diversity Day
2021

HALLOWEEN - KÜRBIS CUPCAKES

von Katrin Kestel und Luzia Krauße

ZUTATEN

Für den Teig:

- 150 g Butter
- 150 g Zucker (opt. braun)
- 300 g Kürbisfleisch
- 2 Eier
- 150 g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 1 TL Vanillezucker
- 1 TL Zimt
- 1/2 TL Muskat
- 1/4 TL Ingwerpulver
- 1/4 TL Piment
- 1/2 TL Salz

ZEIT/PORTIONEN

- Zubereitung | ca. 40 Min
- Backzeit | 25 Min
- Portionen | 12 Stk.

ANLEITUNG

1

Angefangen wird mit dem Kürbis. Dieser sollte gut gewaschen, ausgehöhlt, wenn nötig geschält und in kleinere Stücke geschnitten werden. Diese werden dann gekocht und anschließend püriert.

2

Parallel können schonmal die Eier, der Zucker und die Butter schaumig geschlagen werden.

3

Anschließend werden das Kürbismus und die Gewürze untergerührt und zu guter Letzt kommen noch das Backpulver und das Mehl hinzu. Und dann: mixen bis ein glatter Teig entsteht.

4

Bei 190°C können die Cupcakes dann im Ofen für 20 bis 25 min gebacken werden.



5

Während die nun herrlich duftenden Cupcakes etwas abkühlen, kann sich der Creme gewidmet werden. Dafür müssen einfach nur alle Zutaten zusammen gerührt werden. Für die Spinnennetze könnt ihr einfach Schokoladeschmelzen und dann auf einem Backpapier alle möglichen Motive kreieren.

Wenn die Cupcakes abgekühlt, die Creme angerührt und die Schokomotive ebenfalls fertig sind, kann nach Lust und Laune dekoriert werden.

Viel Spaß!

BEZUG

Kathi und ich lieben beide die Halloween Zeit. Überall buntes Laub, kälteres Wetter, bei dem man gern mal einen Nachmittag mit einem heißen Getränk auf der Couch verbringt, und natürlich die Vorfreude auf Halloween.

Und was gehört im Herbst auch immer dazu: natürlich der Kürbis. Bei vielen gibt es dann immer die klassische Kürbissuppe oder es werden gemeinsam Kürbisse geschnitzt.

Aber es gibt noch so viel mehr Möglichkeiten, Kürbisse zu verarbeiten, eine davon sind unsere leckeren Halloween-Cupcakes, die wir euch gern vorstellen wollten. Ein anderes Kürbis-Rezept befindet sich auch schon in unserer Sammlung. Schaut gerne mal in den Beitrag über Kürbisgnocchi mit Salbeibutter rein.

THUNFISCH MALEDIVEN STYLE

von Paul Disser

ZUTATEN

- 480 g (2 Dosen) Thunfisch in Sonnenblumenöl mit Angelruten gefischter Thunfisch ist geschmacklich und ökologisch vorzuziehen
- 1 Zitrone
- 1-2 Chilischoten (n.B.)
- 1 Speisezwiebel
- 2 TL Kokosraspel (gehäuft)
- Salz

ZEIT/PORTIONEN

- Zubereitung | 15 Min
- Garzeit | 0 Min
- Portionen | 2

ANLEITUNG

1

Im ersten Schritt wird der Thunfisch abgetropft, dies geschieht entweder in einem Sieb oder durch Abgießen des Öls direkt aus der Dose. Er wird zur Seite gestellt.

2

Die Zitrone wird ausgepresst, die Chili und die Zwiebel werden in kleine Stücke geschnitten. Diese Zutaten werden zusammen mit etwas Salz in eine Schüssel gegeben.

3

Anschließend wird der Thunfisch hinzugefügt, der mit den anderen Zutaten zusammen solange mit einer Gabel durchmischt wird, bis sich eine flockige Masse ergibt.



4

Im letzten Schritt wird der Thunfisch Salat mit den Kokosraspeln vermengt und ist jetzt servierfertig.

Als Beilage bietet sich beispielsweise Reis, Fladen- oder Pita Brot an.

BEZUG

Dieses schnell zubereitete Rezept wurde durch den maledivischen Teil meiner Familie an mich herangetragen und begeistert seitdem Freunde und Gäste durch den außergewöhnlichen Geschmacksnoten-Mix. Ob passend zur Hitze im Sommer oder als Flucht vor der Kälte im Winter serviert, versetzt dieses Gericht durch Geruch und Geschmack in tropische Urlaubsstimmung. Persönlich verbinde ich das Gericht mit Familienabenden, an denen in großer Runde verschiedenste Speisen unterschiedlichen Ursprungs gemeinsam genossen werden.

SCHWÄBISCHE KÄSSPÄTZLE

von Betina Hubrich

ZUTATEN

- Spätzleteig:
- 500 g Mehl (Weizenmehl)
- 2 Teelöffel Salz
- 125 ml Wasser
- 125 ml Milch
- 4 Eier

- 1-2 Zwiebeln (Gemüsezwiebeln)
- 200 g geriebener Emmentaler
- 20 g Butter (einfetten der Form)

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 20 Min
- Garzeit | 20 Min
- Portionen | 4

ANLEITUNG

1

Zwiebeln schälen und in kleine Stücke oder Ringe schneiden. In einer Pfanne mit etwas Butter anrösten, bis die Zwiebeln glasig sind. Beiseite stellen.

2

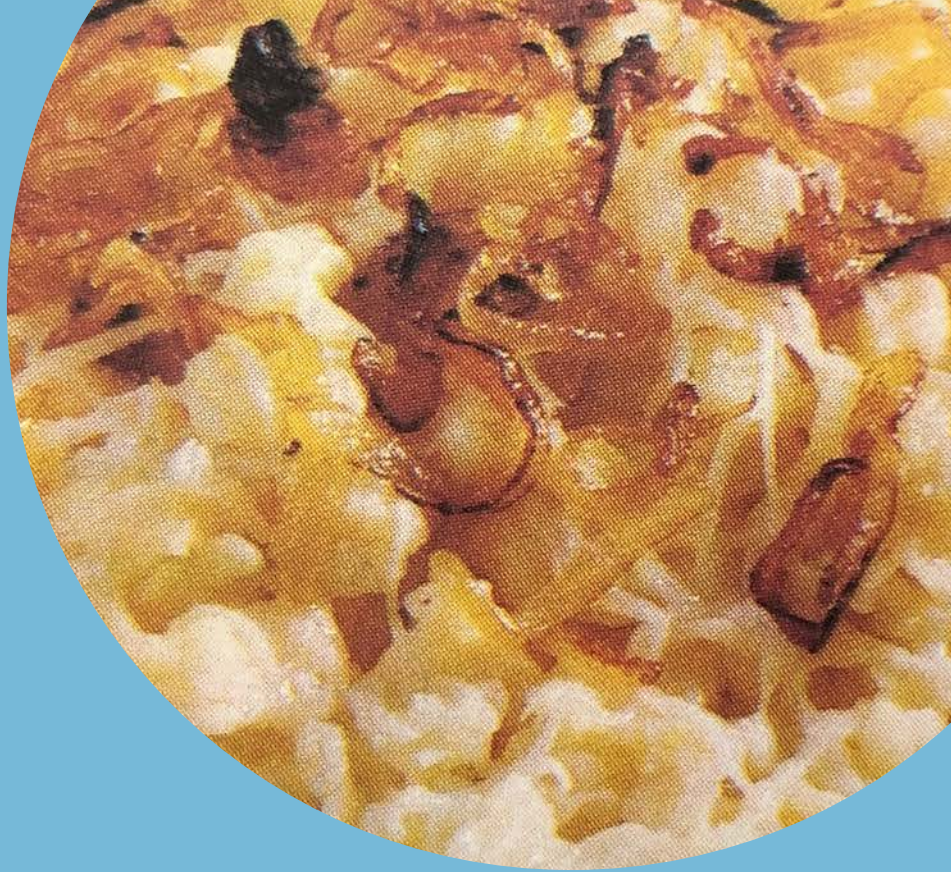
Käse (Emmentaler) reiben oder bereits geriebenen Käse griffbereit hinstellen.

3

Spätzleteig:
Mehl in Schüssel sieben, Grube formen, Salz einstreuen, von der Mehlgrube aus Mehl mit etwas Wasser anrühren, Eier dazugeben und mit dem restlichen Wasser-Milchmix (Milch macht die Spätzle weicher – geht aber auch nur mit Wasser) zu einem glatten Teig rühren. (Soll schwer vom Löffel reißen).

4

Topf mit gesalzenem Wasser erhitzen und zum Kochen bringen.



5

Mit einem Spätzlehobel (Spätzle-
presse) oder vom Brett geschabt,
den Teig portionsweise ins
kochende Wasser geben. Kurz
kräftig aufkochen lassen und mit
einem Sieb oder Schöpflöffel
herausnehmen und lagenweise mit
geriebenem Käse und gerösteten
Zwiebeln in eine leicht ausgefettete
Auflaufform einschichten. Den
Abschluß bilden Zwiebeln und Käse.

6

Die Auflaufform in einen
vorgeheizten Backofen bei 180-200
Grad Umluft stellen. Nach ca. 10
Minuten (wenn der Käse
geschmolzen ist) sind die
Käsespätzle fertig.

Als Beilage eignet sich ein einfacher
grüner Salat .

En Guata! (Guten Appetit)

BEZUG

Ich bin im Schwabenländle in
Ravensburg am Bodensee geboren.
Nachdem meine Mutter (Berlinerin)
diese regionale Spezialität nicht
kannte und auch nicht mochte, war
und ist es bis heute meine
innerfamiliäre Aufgabe dieses
regionale Gericht ab und an zu
kochen. Nachdem ich nun schon
über 25 Jahre in Hessen beheimatet
bin, ist die Zubereitung von
Käsespätzle für mich immer eine
schöne Erinnerung an meine
Herkunftsheimat.

KÜRBISGNOCCHI IN SALBEIBUTTER

von Lena Siebert



ZUTATEN

- 700 g Hokkaidokürbis
- 300 g mehlig kochende Kartoffeln
- 150 g Hartweizengrieß
- 100 g Weizenmehl
- 1 Orange (optional)
- 1 Prise Muskatnuss
- 1/2 TL Salz
- eine handvoll frischer Salbeiblätter
- 80 g Butter
- 40 g Pinienkerne (optional)
- 60 g Parmesan
- 1 Prise Pfeffer

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 60 Min
- Garzeit | 30 Min
- Portionen | 4

ANLEITUNG

1

Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Den Kürbis waschen, schälen, entkernen und in Stücke schneiden. Für 30 Minuten auf einem Backblech im Ofen garen.

2

Inzwischen die Kartoffeln schälen und weich kochen. Danach kann das Wasser abgegossen werden und die Kartoffeln gestampft werden. Wenn der Kürbis fertig gegart ist, kann er mit dem Pürierstab zu einem feinen Muß püriert werden. Dieses wird dann mit dem Kartoffelstampf vermischt, dazu kommen noch der Hartweizengrieß und Mehl. Von der Orange kann etwas Schalenabrieb und die Gewürze Salz und Muskatnuss hinzugegeben werden. Alles wird zusammen zu einem Teig geknetet.

3

Der Teig wird auf 4-5 Portionen aufgeteilt und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einer ca. 3 cm dicken Rolle verarbeitet. Von der Rolle werden jeweils ca. 2 cm dicke Stücke abgetrennt und vorsichtig über die Zinken einer Gabel gerollt (dieser Schritt ist nur für die Optik und kann auch weggelassen werden).

4

Nach und nach werden die Gnocchi in kochendes Salzwasser gegeben und gekocht, bis sie an der Oberfläche schwimmen, dann müssen sie herausgenommen werden.

5

Salbeiblätter waschen und trocken tupfen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, bis sie leicht braun wird, dann können die Salbeiblätter dazugegeben werden und einen Moment mit köcheln. Pinienkerne rösten und die Gnocchi mit Salbeibutter, Parmesan und Pfeffer anrichten.

BEZUG

Für mich persönlich war Salbeibutter als Soße zu Gnocchi etwas ganz Normales, da meine Mutter das sehr oft mit dem Salbei aus dem Garten zubereitet. Ich habe aber erfahren, dass die wenigsten diese einfache und leckere Soße kennen und möchte sie daher teilen. Gnocchi aus Kürbis als eine regionale, leckere Ergänzung dazu.





GRUMMBEERE- KISCHELSCHER (KARTOFFEL- PUFFER)

von Martin Krämer

ZUTATEN

- 12 große, mehlig kochende Kartoffeln
- 1 große Gemüsezwiebel
- 1 l gutes, nicht kaltgepresstes Pflanzenöl

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 20 Min
- Garzeit | 20 Min
- Portionen | 4

ANLEITUNG

1

Kartoffeln nicht kochen, sondern nur auf der Gemüseribe grob in eine große Schüssel raspeln.

2

Dann die Zwiebel dazu raspeln. Alles gut durchrühren und etwas salzen. Im Verlauf der nächsten halben Stunde werden die Kartoffeln mächtig Wasser ziehen und etwas angrauen. Das macht gar nichts.

3

Dann eine ausreichend tiefe Pfanne erhitzen und so viel Öl hinein geben, dass die Puffer zur Hälfte damit umgeben werden. Ideal ist bei solchen Aktionen eine Außenküche oder eine richtig gute Absauge. Ich verwende dazu immer zwei Campingkochplatten draußen im Hof.

PAPAYA SALAT SOM TAM

von Betina Hubrich

ZUTATEN

- 1 grüne Papaya ca. 500 g (asiat. Supermarkt)
- 2 Karotten
- 6 Schlangenbohnen (asiat. Supermarkt)
- 2 Knoblauchzehen
- 1-2 rote Chillischoten
- 8-10 rote Cocktailtomaten
- 1 EL Palmzucker o. brauner Zucker
- 2-3 EL Fischsauce
- 1/2 - 1 EL Sojasauce
- 2-3 EL Limettensaft
- 4 EL Erdnüsse (geröstet)

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 20 Min
- Zubereitung | 30 Min
- Portionen | 2

ANLEITUNG

1

Die Papaya längs halbieren und die kleinen, weißen Kerne entsorgen. Papaya und Karotte schälen, und dann in sehr feine Streifen schneiden.

2

Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten waschen und halbieren. Chillischoten waschen, Stielenden und - wer möchte - Kerne entfernen und in Streifen schneiden. Die Schlangenbohnen waschen und in ca. 3-4 cm lange Stücke schneiden. Alles in einen großen Mörser (oder eine große Schüssel) geben und mit dem Mörser andrücken.

3

Limetten waschen und vierteln. Limettensaft auspressen und zusammen mit den zerdrückten Limetten-Vierteln in die Schüssel geben. Nun die Fischsoße, Sojasauce und den Palmzucker beifügen.



4

Papaya-Streifen und Karotten-Streifen in eine große Schüssel geben und den Saucenmix dazugeben – alles gut durchmischen und wenn möglich 30 Minuten ziehen lassen.

5

Mit fein gehackten Erdnüssen garnieren und servieren.

Als Beilage eignet sich Hühnchen oder Garnelen. Auch ohne Beilagen sensationell!

BEZUG

Thailand, unser Lieblingsreiseland. Immer wenn wir Thailand bereisen, egal ob mit dem Auto oder der Bahn, entdecken wir Neues. Die unglaubliche Gastfreundschaft sowie Gelassenheit inspiriert und lässt die Urlaube zu wahren "Erholungserlebnissen" werden. Das leckere Essen, die Traumstrände und der typische Duft des Landes zieht uns immer wieder dort hin. Som Tam darf bei keiner Reise fehlen und ist regelmäßig auch zu Hause auf unserem Speiseplan – vor allem im Sommer.

GRÜNKERN- KÜCHLE

von Elli Kallis

ZUTATEN

- 250 g Grünkernschrot
- 1 TL Gemüsebrühe
- 2 Eier
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine Karotte
- 1/2 Paprika

- Kräuter, Salz, Pfeffer, Gewürze nach Belieben

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 30 Min
- Backzeit | 20 Min
- Portionen | 5

ANLEITUNG

- 1 Den Grünkern mit der Gemüsebrühe und ungefähr 250 ml Wasser in einem Topfkoch aufkochen lassen. Dann weiter köcheln lassen, evtl. ab und zu Wasser nachschütten, bis der Grünkernschrot gequollen ist. Dann abkühlen lassen.
- 2 Zwiebel, Knoblauch, Karotte und Paprika fein schneiden und in eine große Schüssel geben.
- 3 Den Grünkern und die Eier zu dem Gemüse in die Schüssel geben. Alles gut umrühren.
- 4 Würzen der Masse mit allerlei Kräutern, Salz und Pfeffer (je nachdem, was ihr gerade dahabt).



5

Aus der Masse Bratlinge formen.
Dann entweder in der Pfanne
ausbraten oder bei 200 Grad 20
min. im Ofen goldbraun backen.

Traditionell werden die
Grünkernkühle mit einem
Kräuterquark und Lachs gegessen.

Guten Appetit!

PS: Natürlich könnt ihr auch anderes
Gemüse mit in die Bratlinge geben,
je nachdem was ihr gerade dahabt.

BEZUG

Grünkern ist eigentlich Dinkel, der zu
früh geerntet wird - eben wenn er
noch grün ist :)

Das Korn wird dann getrocknet und
findet sich in verschiedenen
Gerichten wieder.

Typisch Badisch ist die Zubereitung
des Grünkerns als Bratling, genannt
Grünkernkühle.

DUCKFETT NACH OBERGUDER ART

von Mareike Hofmann

ZUTATEN

- 200 g geräucherter Bauchspeck (Schinken-speck) am Stück
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 bis 1½ Becher Schmand
- 50 ml Milch
- 500 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend

- Salz, Pfeffer

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 35 Min
- Garzeit | 20 Min
- Portionen | 2

ANLEITUNG

- 1 Die Kartoffeln schälen und waschen, in kochendem Salzwasser garen.
 - 2 In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Schinkenspeck ebenso klein würfeln.
 - 3 Den Schinkenspeck in einer Pfanne auslassen.
 - 4 Die gewürfelten Zwiebeln dazugeben und alles goldgelb anbraten.
 - 5 Zum Schluss den Schmand unter die Schinken-Zwiebel-Würfel heben. Gegebenenfalls mit etwas Milch verdünnen.
- Die Kartoffeln abgießen, auf einem Teller anrichten und das Duckfett darüber geben.



BEZUG

Dieses Gericht stammt aus der Familie meines Partners. Als ich das erste Mal vor ca. 15 Jahren bei seiner Familie in Obergude (ein ganz kleines Dorf nahe Rotenburg an der Fulda) zu Besuch war, gab es dieses Gericht zum Mittagessen. Mir war dies bis dato total unbekannt und um ehrlich zu sein, war ich auch ein wenig skeptisch.... Im Nachhinein muss ich jedoch sagen, dass sich aus diesen wenigen Zutaten (welche die Leute in solch ländlichen Gegenden ja durch die Landwirtschaft und Viehzucht ohnehin zu Hause haben) doch ein leckeres Essen zubereiten lässt! Probiert es einfach selbst aus!



MEDITERRANER GEMÜSE-TOPF

von Martin Krämer

ZUTATEN

- 2-3 Paprika (möglichst bunt)
- 4 Tomaten
- 1 Zucchini
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zitrone
- 1 halbes Glas Olivenöl (0,1 L)
- 1 TL trockenes Basilikum
- 1 TL trockener/frischer Oregano
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Zweiglein Rosmarin (wenn verfügbar)
- Salz + Pfeffer

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 40 Min
- Garzeit | 10 Min
- Portionen | 4

ANLEITUNG

1

Paprika und Zwiebeln in nicht zu kleine Stücke schneiden.

Diese dann in einer mittelheißen Pfanne, ohne Öl auf dem trockenen Pfannenboden dunkle Flecken bekommen lassen und anschließend in einen am Herdrand stehenden handlichen Topf geben.

2

In der Zwischenzeit die Zucchini der Länge nach halbieren und die Hälften der Länge nach nochmal halbieren. In nicht zu kleine, aber auch nicht zu große Stücke schneiden. Die beiden Knoblauchzehen hacken (nicht pressen!).

3

In die jetzt frei gewordenen Pfanne die Hälfte des Olivenöls gießen und Zucchini und Knoblauch bedächtig braten. Währenddessen die Tomaten in möglichst kleine Würfel schneiden.

4

Zucchini und Knoblauch wandern jetzt in den Topf. Der hat immer noch kein Feuer.

5

Die am Pfannenboden abgesetzten Röstaromen jetzt vorsichtig mit den Tomaten loskochen. Wenn die Tomaten matschig werden, auch sie in den am Herd stehenden Topf geben.

6

Dieser Topf wird jetzt auf die Flamme gezogen. Dahinein wandern jetzt die Kräuter und der Saft der Zitrone. Es kann mit dem Kartoffelschäler auch ein Streifen Zitronen-Schale mit in den Topf getan werden. Dann alles gründlich pfeffern und salzen.

Das Gemüse wird nun einmal aufgekocht und maximal 10 Minuten geköchelt. 5 Minuten sind besser. Dann wird die Flamme ausgestellt und der Rest des Olivenöls in den Topf gegossen und einmal umgerührt.

Ungekühlt hält sich der Eintopf auf diese Weise locker 3 Tage. Der Deckel sollte aber zu sein. Dazu passt geröstetes Brot vom Vortag, das zuvor mit einer Knoblauchzehe abgerieben wurde.

Das Brot kann in der Pfanne geröstet werden oder einfach in einem Toaster. Auch Reis oder Bratkartoffeln passen ganz gut.

BEZUG

Das Gericht habe ich zum ersten Mal in Montpellier gegessen. Meine Mutter hatte da studiert und wir waren auf einer Erinnerungsreise. Ich war nicht mehr im Lederhosenalter, aber auch noch nicht im Jeansalter. Wir waren bei den ehemaligen Gasteltern meiner Mutter zu Besuch. Die hatten einen großen Garten. Das Gericht ist einfach ein Gemüse-eintopf. Wenn noch Auberginen dazu kämen, könnte es auch Ratatouille heißen. Aber ehrlich ge-sagt, sollte es da keine Diskussionen geben. Wenn im Sommer die Gärten des Südens von Gemüse und Kräutern überquellen, kommt eben alles in den Topf was gerade im Weg steht. Es ist ein Essen für Leute, die sich kein Fleisch leisten konnten. Und genau das ist der Vorteil. Vorsichtig gekocht ist das Gericht fast unübertrefflich.

RHÖNER WASSERSPATZEN MIT SPECKSOSSE

von Elke Hohmann

ZUTATEN

Für die Spatzen:

- 4 trockene Brötchen
- 4 Eier
- 500 ml Milch
- 200 g Mehl
- Salz

Für die Specksoße:

- 200 g geräucherter Bauchspeck
- 1 kleine gelbe Zwiebel
- 250 g Schmand
- etwas Fett oder Öl zum Braten
- Salz, Pfeffer

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 30 Min
- Garzeit | 40 Min
- Portionen | 4

ANLEITUNG

1

Den Spatzenteig zubereiten:

Die Brötchen in Scheiben schneiden und mit der heißen Milch übergießen. 10 Minuten einweichen.

Eier, Mehl und Salz dazugeben und alles miteinander vermengen.

Der Teig darf nicht zu flüssig sein.

2

Die Spatzen kochen:

In einem großen Topf Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Nimm einen Esslöffel und löfle einen Spatz nach dem anderen aus dem Teig; mit einem zweiten Löffel schiebst Du den Teig direkt vom Löffel in das kochende Wasser. Ein Spatz ist also ungefähr so groß wie ein Esslöffel. Die Spatzen müssen nicht schön geformt werden sondern sehen alle unterschiedlich aus.



BEZUG

3

Die Spatzen im Wasser 10 Minuten ziehen lassen.

Mit einem Schaumlöffel die Spatzen aus dem Wasser holen und warm stellen.

4

Die Specksoße zubereiten:

Den Speck und die Zwiebel in kleine Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Fett oder Öl erhitzen und den Speck und die Zwiebeln anbraten. Den Schmand unterrühren und evtl. etwas salzen und pfeffern. Die Soße darf nicht noch mal aufkochen.

Die Spatzen auf einen Teller geben und die Specksoße darüber verteilen.

Dazu schmeckt ein frischer grüner Salat mit Joghurtdressing.

Was der Schwäb*in die Spätzle - das sind der Rhöner*in die Wasserspatzen :-)

Zum kulturellen Bezug:

Wasserspatzen sind ein traditionelles "Arme-Leute"-Essen und typisch für das Leben in der Rhön, das geprägt war von Armut und harter Arbeit auf dem Feld. Die Zutaten hatte eine Bauersfamilie immer im Haus und die gehaltvollen Spatzen machten satt.

Wasserspatzen versetzen mich sofort in meine Kindheit. Meine Mutter konnte sie perfekt zubereiten und zusammen mit dem frischen Salat aus dem Garten schmeckte das einfach lecker. Wenn Wasserspatzen auf den Tische kamen, war bei uns Kindern die Freude groß und eines war klar: kein Spatz blieb übrig!

BÖNTCHEN (RÜHRKUCHEN)

von Johanna Schön

ZUTATEN

- 125 g Butter
- 100 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 3 Eier
- 250 g Mehl
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 4 EL Milch
- 1 Tafelschokolade (Zartbitter)

Weckmehl (Semmelbrösel) für die Form

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 10 Min
- Backzeit | 60 Min
- Portionen | 5-10

ANLEITUNG

1

Zu Beginn wird der Backofen bei 170 °C Ober/ Unterhitze vorgeheizt.

2

Nun kommt die zimmerwarme Butter in eine Rührschüssel und wird mit dem Zucker vermixt.

3

Anschließend wird das Päckchen Vanillezucker und die drei Eier dazu gegeben und mit dem Rest in der Schüssel vermengt. Daraufhin können auch Mehl, Backpulver und die Milch untergerührt werden.

4

Mit einem Messer wird nun die Tafelschokolade in kleine Stückchen geschnitten und anschließend mit einem Löffel unter den Böntchenteig gehoben.



5

Anschließend wird die Kuchenform mit Butter eingefettet und mit Weckmehl großzügig bestreut (So löst sich der Kuchen nach dem Backen besser aus der Form) . Überschüssiges Weckmehl einfach ausgießen.

6

Jetzt kann der Kuchenteig in die Kuchenform gefüllt werden.

7

Der Kuchen wird bei 170 °C Ober / Unterhitze für ca. 60 Minuten gebacken.

8

Ist der Kuchen abgekühlt, kann er anschließend aus der Form geholt werden.

9

Zum Schluss kann der Kuchen nach Belieben mit etwas geschmolzener Schokolade oder Puderzucker verziert werden.

BEZUG

Ich komme aus der Nähe von Fulda. Das Rezept für das Böntchen kommt von meiner Oma. Diesen backt sie gerne um ihn anschließend an ihre Enkel und Kinder zu verschenken. Einfach ein leckerer und simpler Kuchen!



TARTE AUX POMMES

von Ariane Schwarz

ZUTATEN

Für den Teig:

- 250 g Mehl
- 1 Prise Salz
- 125 g Butter
- 60 g feiner Zucker
- 1 Ei (alternativ Pâte Brisée Rezept ohne Ei)
- 1 EL Wasser oder Milch
- etwas geriebene Zitronenschale

Für den Belag:

- ca. 5 Stck. eher saure Äpfel
- kleines Glas Apfelmus
- 1 Ei, davon nur das Eiweiß
- Aprikosengelee

ANLEITUNG

Tortenboden und Vorbereitung des Belags:

1

Mürbteig herstellen: Mehl, Zucker, Zitronenabrieb und Prise Salz mischen, kalte Butter in Stückchen hineinschneiden, mit der Hand kneten, Ei dazu, weiter kneten, mit ganz wenig Wasser oder Milch einen schönen festen Teig erzeugen. 1/2 Stunde als Kugel verpackt in den Kühlschrank geben.

2

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

3

Die Äpfel schälen und vierteln, jedes Viertel in 3-4 feine Scheiben schneiden.

4

Den Teig 4-5 mm dick ausrollen und in eine mit Butter gefettete Quiche-

ELISEN LEBKUCHEN

von Paula Dürst

ZUTATEN

- 7 alte Butterhörnchen / Croissants
 - 4 Eier
 - 600 g Zucker
 - 1 Päckchen Vanillezucker
 - 2 EL Rum
 - 7 g Hirschhornsalz
 - 1 EL Zimt
 - 1/2 TL Nelken (gemahlen)
 - 40 g Lebkuchengewürz
 - 500 g Haselnüsse (gemahlen)
 - 250 g Mehl
 - 100 g Zitronat
 - 100 g Orangat
-
- 1 Packung Obladen (7-8 cm)
 - Schokoladenglasur oder Zuckerguss

ANLEITUNG

1

Die Hörnchen werden am Vortag klein gerupft oder geschnitten und dann in eine Schüssel gegeben. Dann mit einem halben Liter Wasser übergießen und ca. 15 min. eingeweichen lassen. Die Flüssigkeit bleibt in der Schüssel und wird nicht ausgedrückt.

2

Dann werden die Eier in einer zweiten Schüssel mit dem Zucker schaumig gerührt. Währenddessen das Hirschhornsalz im Rum auflösen.

3

Nun alle restlichen Zutaten in die Eier-Zucker-Masse geben, gut mischen und zuletzt die eingeweichten Hörnchen unterrühren. Den Teig über Nacht abgedeckt ziehen lassen.

4

Am nächsten Tag den Backofen auf 200 Grad Ober- / Unterhitze vorheizen.

5

Währenddessen wird begonnen, die Lebkuchen per Hand oder mit einer sog. Lebkuchenglocke zu formen. Dafür wird jeweils ein größerer Eszlöffel Teig auf einer Oblade gleichmäßig zu einer Art "Kuppel" verteilt und die Oberfläche mit den Fingern glatt streicht. Per Hand gelingt das am besten, wenn man die Hände regelmäßig mit kaltem Wasser befeuchtet, damit der Teig nicht so stark daran klebt.

6

Wenn der Backofen vorgeheizt ist, kann das erste Blech Lebkuchen ca. 20 min. gebacken und inzwischen die nächste Ladung vorbereitet werden. Das hat den Vorteil, dass die Obladen dann nicht allzu sehr durch den Teig aufweichen.

7

Nachdem die Lebkuchen abgekühlt sind, können sie nach Belieben mit Schokoladenglasur oder Zuckerguss verziert werden. Am besten hierfür mit einer Kuchengabel in die Unterseite des Lebkuchens stechen und diesen umgedreht in die Glasur tunken.

Die fertigen Lebkuchen schmecken am besten, wenn sie einige Tage durchgezogen haben und halten sich gut verschlossen und kühl gelagert sogar ein paar Wochen.



BEZUG

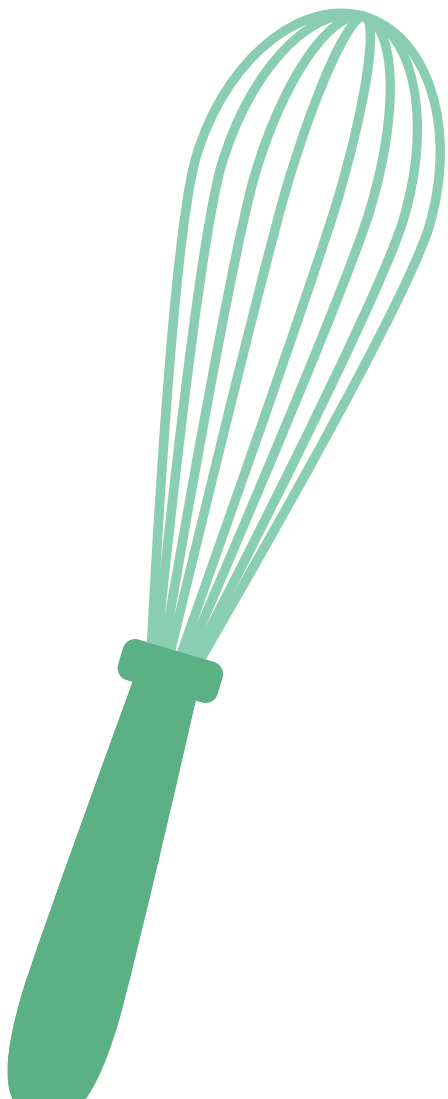
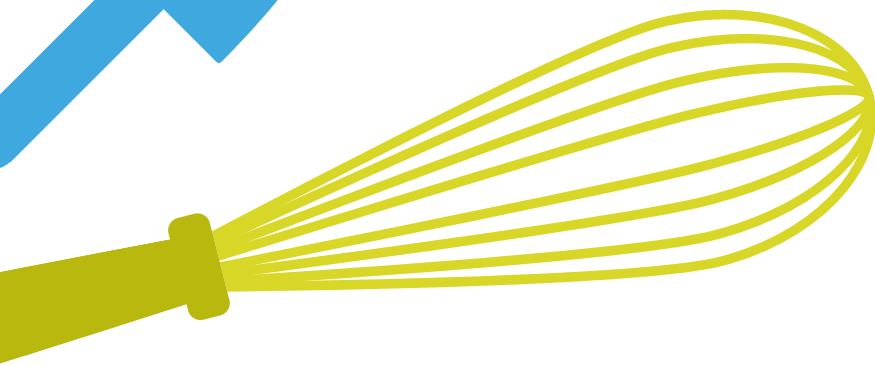
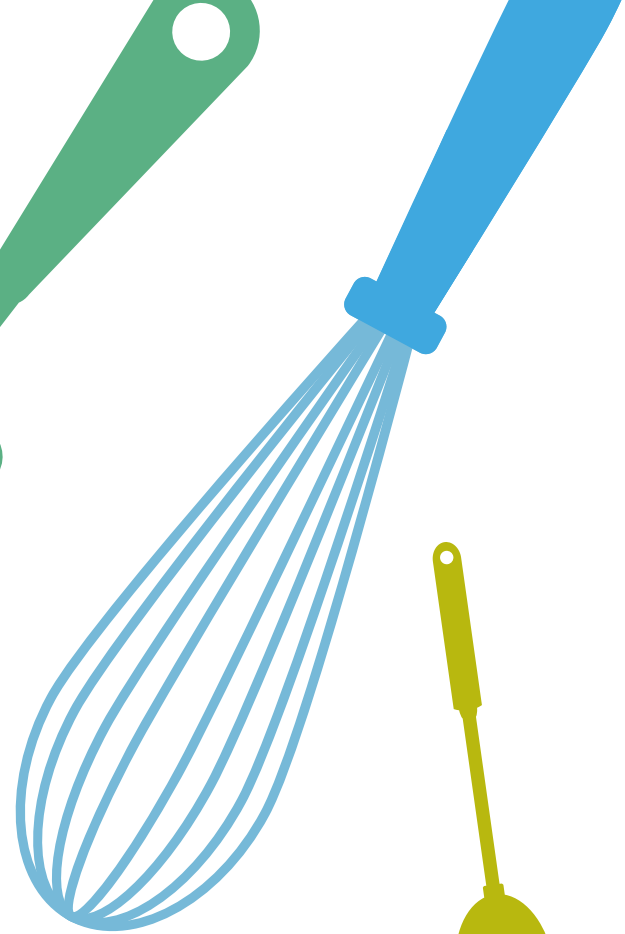
In der Vorweihnachtszeit backen meine Mutter, Schwester und ich meist ein Wochenende lang das Weihnachtsgebäck für diese Saison. Die Lebkuchen, die den Nürnberger Elisenlebkuchen nachempfunden sind, dürfen dabei auf keinen Fall fehlen. Da sie etwas aufwendig und gut haltbar sind, eignen sie sich perfekt für solche größeren, gemeinschaftlichen Backevents.

ZEIT/PORTIONEN

- Vorbereitung | 25 Min
- Ruhezeit | 1 Nacht
- Backzeit | insg. ca. 1,5 h
- Portionen | 50- 60 Stk.

bgba

Brüder Grimm Berufsakademie
Hanau



Vielfältig Kochen

Projekt zur Teilnahme am
Deutschen Diversity-Tag 2021
der Charta der Vielfalt e.V.

Erweiterte Ausgabe, 15.10.2021

Verantwortliche:
Betina Hubrich und Paula Dürst
Brüder Grimm Berufsakademie Hanau GmbH
Akademiestr. 52
63450 Hanau