

# Betty Bossi

# MIX

Das Schweizer Magazin für den Thermomix®



thermomix  
Offizieller  
Partner

Unser Festessen ab Seite 36



## Gemeinsam feiern

Entspannt geniessen

### Fein eingepackt

Päckli – lecker umhüllt,  
raffiniert gefüllt

### Apéro

Drei neue Ideen für  
Dips zum Reinliegen

### Tipps & Tricks

Neues aus der  
Tüftelküche



ab Seite 43

# White Christmas

Zauberhafte Guetzli und Desserts, so weiss wie Schnee

BBmix 5/21B





## Frohe Festtage!

*Liebe Leserinnen und Leser*

*Ein in vieler Hinsicht ungewöhnliches 2021 neigt sich dem Ende zu. Ich muss gestehen: Ich bin fast ein bisschen geschafft davon! Nach all den Überraschungen und Abenteuern freue ich mich dieses Jahr ganz besonders auf die traditionellen Festtage im Kreise meiner Familie. Guetzi backen, gut essen. Einfach sein und geniessen. Ich kanns kaum erwarten!*

*Ist Ihnen auch nach einem harmonischen Jahresende? Die passenden Rezepte finden Sie in dieser Ausgabe. Wir haben bewusst ein speziell breites Spektrum an Gerichten kreiert, damit Sie entspannt auswählen und flexibel kombinieren können, je nachdem, was gerade ansteht. Von schnell und einfach bis weihnachtlich-elegant ist alles dabei.*

*Ich wünsche Ihnen von Herzen genussvolle Feiertage und einen fröhlichen Rutsch ins 2022!*

*Sarah Oeschger*

**Sie haben Fragen oder Anregungen?**  
Schreiben Sie mir: [sarah.oeschger@bettybossi.ch](mailto:sarah.oeschger@bettybossi.ch)

# Winter-In



## 04

### Fein eingepackt

Grosse und kleine Päckli, lecker gefüllt



## 26

### Festtagsgebäck

#### Impressum

**Herausgeberin:** Betty Bossi, Division der Coop Genossenschaft, Baslerstrasse 52, Postfach, 8021 Zürich  
ISSN 2571-6557 · Copyright © Coop Genossenschaft, gedruckt in der Schweiz  
Kunden-Service: +41 (0) 44 209 19 29, (Mo-Sa, 8.00-20.00 Uhr)

#### Team:

Leiterin Redaktion und Gestaltung: Sarah Oeschger  
Leiterin Rezeptredaktion: Sibylle Weber-Sager  
Gestaltungskonzept: Solid Identities GmbH  
Fotos: Carole Arbenz, Styling: Katja Rey

#### Werbung/Kooperationen:

Anina Boss, [media@bettybossi.ch](mailto:media@bettybossi.ch)  
Mehr Infos unter: [bettybossi.ch/Mediadaten](http://bettybossi.ch/Mediadaten)

#### Jahresabonnement (6 Ausgaben):

Schweiz CHF 47.70 / Ausland CHF 55.80



# spirationen



- 4 **Fein eingepackt**
- 6 Strudelpäckli mit Lachs-Sauerkraut-Füllung
- 7 Gebackene Ricotta-Ravioli
- 8 Schinkli im Teig mit Wintersenf
- 11 Bao Buns mit Rind und Gemüse
- 13 Rotkabis im Teig

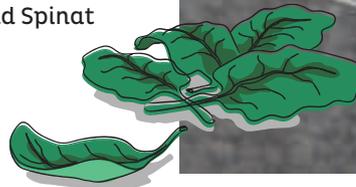
## 14 News

## 16 Schnell & einfach

- 17 Poulet mit Wirz und Kokosreis
- 18 Brotsalat mit Kabis
- 19 Curry-Rüebli-Suppe
- 21 Polenta mit Kürbis und Kalbskoteletts
- 22 Spaghettoni mit Blauschimmelkäse und Spinat
- 23 Lauch-Kartoffel-Wähe mit Schüblig
- 25 Dampfnudeln mit Kirschen

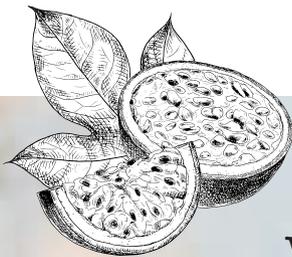
## 26 Festtagsgebäck

- 27 Lebkuchen-Hefestern
- 28 Schoggi-Dreikönigskuchen



16

Schnell & einfach  
Gut essen im Alltag



43

Weiss wie Schnee...

Winterwunderland in der süssen Adventsküche



## 30 Tipps & Tricks

## 33 Apéro: Dips

- 33 Forellen-Dip
- 34 Kürbis-Dip mit Kichererbsen
- 35 Caesar-Salad-Dip

## 36 Weihnachtsmenü

- 37 Champagnersuppe
- 38 Rindshuft mit Pommes Duchesse und Sauce maitaise
- 41 Haselnuss-Risotto mit geschmortem Lauch
- 42 Chai-Crème-brûlée

## 43 White Christmas

- 44 Weisse Schokolade-Kokos-Guetzli
- 45 Vanille-Zitronen-Sterne
- 46 Weisse Mocca-Mousse
- 47 Limetten-Tiramisu
- 49 Pauloua-Kranz

← Unser  
Titelrezept!

## 50 Gutes im Glas

- 50 Apfel-Gewürzsirup
- 51 Wissenswertes/Vorschau

SPECIAL:  
FEIN EINGEPACKT

# Fein eingepackt

*Was da wohl drin ist? Überraschen Sie Familie und Gäste mit diesen lecker gefüllten und raffiniert umhüllten Päckli-Kreationen. Ob elegant oder bodenständig, vegan oder mit Fleisch, exotisch oder ganz schweizerisch – es hat für (fast) jeden Geschmack und jeden Anlass etwas dabei.*

## Unser Tipp

### Ein oder zwei Päckli?

Dieses elegante Gericht mit Lachs ist nicht nur eine feine Hauptspeise.

Es eignet sich auch wunderbar als Vorspeise für eine grössere Runde von 8 Personen.



*Dieses Dill-Sabayon ist eine Klasse für sich!*

*Strudel-Päckli  
mit Lachs*



Seite 6



# Strudelpäckli mit Lachs-Sauerkraut-Füllung

20 Min. 50 Min. einfach 4 Portionen 564 kcal  
 laktosefrei

## Strudelpäckli

**1 Knoblauchzehe**, halbiert

Backofen auf 200 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

Knoblauch in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**500 g gekochtes Sauerkraut**  
**20 g grobkörniger Senf**  
**40 g Olivenöl**  
**1 TL flüssiger Honig**

Sauerkraut gut ausdrücken, mit Senf, 10 g Olivenöl und Honig zugeben, mithilfe des Spatels **10 Sek./Stufe 3** mischen.

**1 Päckli Strudelteig** (120 g)  
**8 Lachsfilets ohne Haut** (je ca. 70 g)  
**¼ TL Salz**  
**4 Prisen Pfeffer**

Strudelteigblätter sorgfältig auseinanderfalten, mit wenig Olivenöl bestreichen. Je 2 Teigblätter aufeinanderlegen und vierteln. Sauerkraut auf die Teigmitten geben. Je ein Lachsstück auf das Sauerkraut legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Teigecken über dem Lachs zusammenraffen, gut zusammendrücken und auf das vorbereitete Blech legen. Strudelpäckli mit restlichem Olivenöl bestreichen.

Strudelpäckli 20 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. In dieser Zeit Dill-Sabayon zubereiten.

## Dill-Sabayon

**½ Bund Dill** (ca. 10 g), zerzupft

Dill in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**4 frische Eigelbe\***  
**20 g Weissweinessig**  
**½ TL Salz**

**Rühraufsatz einsetzen.** Eigelbe, Weissweinessig und Salz in den Mixtopf geben und **9 Min./70 °C/ Stufe 3** schaumig rühren. Strudelpäckli aus dem Backofen nehmen, mit dem Sabayon anrichten.

**Tipp:** 8 Schnittlauchhalme kurz in heisses Wasser legen, vor dem Backen um die Päcklispitzen binden.

**Portion:** 564 kcal (2357 kJ) = F 37g, Kh 22g, E 35g



## \* Say no to Food Waste

Auf der Tippseite (Seite 30) lesen Sie, was man mit übrig gebliebenem Eiweiss alles anstellen kann.



# Gebackene Ricotta-Ravioli

🔪 40 Min. ⌚ 1 Std. 🍴 mittel 🍷 4 Portionen 📊 519 kcal 🌱 vegi

## Füllung

<b>60 g</b> <b>Parmesan</b> , in Stücken (3 cm)	Parmesan in den Mixtopf geben, <b>10 Sek./Stufe 8</b> zerkleinern und umfüllen.
<b>60 g</b> <b>Baumnusskerne</b> <b>60 g</b> <b>getrocknete Tomaten</b> in Öl, abgetropft	Baumnusskerne, Tomaten, Knoblauch, Oregano, Thymian und Zitronenschale in den Mixtopf geben, <b>8 Sek./Stufe 7</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>1</b> <b>Knoblauchzehe</b>	
<b>½ Bund</b> <b>Oregano</b> (ca. 10 g), Blätter abgezupft	
<b>½ Bund</b> <b>Thymian</b> (ca. 10 g), Blättchen abgezupft	
<b>1</b> <b>Bio-Zitrone</b> , nur ¼ abgeriebene Schale	

**125 g Ricotta** Ricotta und zerkleinerten Parmesan zugeben und **10 Sek./Stufe 3** mischen.

## Päckli

**2 Rollen** **Pastateig** (je 16 × 56 cm) Backofen auf 240 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.  
**1 Ei**, verklopft



Pastateige entrollen, quer in je 4 gleich grosse Rechtecke schneiden. Teigrechtecke diagonal halbieren, sodass 16 ungleichschenklige Dreiecke entstehen. Je ¼ der Füllung auf die Hälfte der Teigstücke geben. Freie Teigstücke mit wenig Ei bestreichen, über die Füllung legen, sodass die Ränder genau aufeinanderpassen. Ein Raviolo in die Hand nehmen, Teigkanten so andrücken, dass die Teigränder bündig aneinander liegen, dabei eingeschlossene Luft herausdrücken. Mit restlichen Ravioli gleich verfahren, Teigränder mit einer Gabel gut andrücken.

**2 l** **Wasser**  
**2 EL** **Salz**  
**3 EL** **Olivienöl**  
**1 TL** **Fleur de Sel**

Wasser in einem Topf aufkochen, Salz zugeben. Hitze reduzieren, Ravioli portionenweise im leicht siedenden Salzwasser je 30 Sekunden ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, auf das vorbereitete Blech legen. Ravioli mit Olivienöl bestreichen, Fleur de Sel darüberstreuen.

Ravioli 12–15 Minuten (240 °C) in der Mitte des Backofens hellbraun backen. Herausnehmen.

**Dazu passt:** Nüsslisalat.

**Portion:** 519 kcal (2166 kJ) = F 31 g, Kh 39 g, E 20 g

## Unser Tipp

### Gut vorbereitet!

Ravioli einen Tag im Voraus füllen und lagenweise mit etwas Backpapier getrennt zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

# Schinkli im Teig mit Wintersenf

🔪 15 Min. ⌚ 2 Std. 🍴 einfach 🍴 4 Portionen 📊 972 kcal

## Teig

**300 g Wasser** Wasser und Hefe in den Mixtopf geben und **3 Min./37°C/Stufe 2** erwärmen.  
**½ Würfel Hefe** (ca. 20 g), zerbröckelt

**500 g Ruchmehl** und etwas mehr zum Bestäuben Ruchmehl, Butter und Salz zugeben und **Teig ¼/3 Min.** kneten. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben. Zugedeckt bei Raumtemperatur 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen. In dieser Zeit Mixtopf spülen und Schinken erhitzen.

**30 g Butter**, weich  
**1¼ TL Salz**

## Schinken

**4 l Wasser** Wasser in einem grossen Topf aufkochen. Hitze reduzieren, Schinken im Beutel knapp unter dem Siedepunkt 1 Stunde ziehen lassen. In dieser Zeit Wintersenf zubereiten.  
**1 Beutel gekochter geräucherter Nuss-Schinken** (ca. 1 kg)

## Wintersenf

**150 g grobkörniger Senf** Senf, Orangenschale, Ingwer, Birnendicksaft und Zimt in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 3** mischen.

**1 Bio-Orange**, nur ¼ abgeriebene Schale

**10 g Ingwer**, geschält, fein gerieben

**40 g Birnendicksaft** (Birnel)

**¾ TL Zimt**

Bratpfopf mit dem Deckel in die untere Hälfte des Backofens schieben. Backofen auf 240 °C vorheizen. Ein Backpapier zu einem Rechteck von 25 × 33 cm schneiden.

Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. Teig rund auswallen (Ø 32 cm), mit 60 g Wintersenf bestreichen, dabei ringsum einen Rand von 3 cm frei lassen. Schinken aus dem Beutel nehmen, abtropfen, trocken tupfen, in die Teigmitte legen. Schinken mit dem Teig einpacken, auf das vorbereitete Backpapier legen, mit Mehl bestäuben. Vorsicht heiss! Bratpfopf herausnehmen, Schinken im Teig mithilfe des Backpapiers in den heissen Bratpfopf geben, Deckel aufsetzen.

Schinken im Teig 25 Minuten (240 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen. Deckel entfernen, 10 Minuten fertig backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter 10 Minuten abkühlen lassen. Schinken in Tranchen schneiden und mit dem restlichen Senf servieren.

**Dazu passen:** Dörrbohnen.

**Portion:** 972 kcal (4090 kJ) = F 30 g, Kh 100 g, E 71 g

*Schmeckt nach*

«Ich empfehle Ihnen, den Schinken nach dem Einpacken direkt in den Backofen zu schieben. Wenn Sie zu lange warten, rutscht der Teig vom Schinken runter.»



Sofie, Rezeptredaktorin

Weihnachten!

## Unser Tipp

### Was passt dazu?

Der Brotmantel ersetzt in diesem Gericht die Stärkebeilage. Es ist also nicht nötig, separat Reis, Teigwaren oder Kartoffeln zu servieren. Was aber noch fehlt, ist etwas Frisches, Gemüsiges. Passen würden saisonale Salate wie zum Beispiel Nüsslisalat, ein saftiger Chicoréesalat mit Orangen oder ein schneller Rohkostsalat aus Ihrem Thermomix®. Auch toll dazu: Dörrbohnen, Rot- oder Weisskabis mit Äpfeln oder Sellerie mit Nüssen und Sultaninen.



## Mein Tipp für Sie

Laura,  
Rezeptredaktorin



### Was sind eigentlich Bao Buns?

Als Bao beziehungsweise Baozi werden in der chinesischen Küche gedämpfte Brötchen in Form von kleinen Kugeln bezeichnet, die nach Belieben gefüllt werden (traditionell mit Schweinebauch, bei uns mit Rindfleisch und Gemüse, siehe Bild 1). Auch in anderen asiatischen Küchen kennt man diese Art Brötchen. Vom Geschmack und von der Zubereitungsart ähneln die Teiglinge unseren Dampfnudeln: Sie werden mit Hefe zubereitet, sind fluffig und dank der Garzeit im Varoma schön weich. Wir bereiten hier die geschlossenen Buns zu (Bild 2). Auf den Streetfood Markets dieser Welt sieht man sie aber auch gefaltet und gefüllt wie ein Taco.



*Dieses Gericht  
ist wie für den Thermomix®  
gemacht!*



# Bao Buns mit Rind und Gemüse

🕒 1 Std. ⌚ 2 Std. 15 Min. 🍴 mittel 🍴 4 Portionen 📊 671 kcal 🚫 laktosefrei

## Teig

**170 g Wasser** Wasser, Sonnenblumenöl, Zucker und Hefe in den Mixtopf geben und **3 Min./37°C/Stufe 2** erwärmen.  
**20 g Sonnenblumenöl**  
**15 g Zucker**  
**¼ Würfel Hefe** (ca. 10 g), zerbröckelt

**350 g Weismehl** Weismehl, Backpulver und Salz zugeben, **Teig ¼/3 Min.** kneten. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben, zugedeckt bei Raumtemperatur 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen. In dieser Zeit Mixtopf spülen und Füllung zubereiten.  
**1 TL Backpulver**  
**½ TL Salz**

## Füllung

**10 g Ingwer**, geschält, in Stücken (1 cm) Ingwer, Knoblauch und Erdnüsse in den Mixtopf geben, **9 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**2 Knoblauchzehen**  
**50 g geröstete gesalzene Erdnüsse**

**150 g Pastinaken**, geschält, in Stücken (3 cm) Pastinaken und Lauch zugeben und mithilfe des Spatels **10 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

**150 g Lauch**, in Stücken (3 cm)

**300 g geschnetztes Rindfleisch** (à la minute) Rindfleisch, Sojasauce, Honig und Chilisauce zugeben und **30 Sek./Stufe 2** mischen.

**30 g Sojasauce**  
**20 g Honig**  
**10 g rote Chilisauce** oder Sriracha-Sauce

**2 EL Sesamöl** 1 EL Sesamöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch-Gemüse-Mischung portionenweise je 5 Minuten anbraten, auf einen Teller geben, 10 Minuten abkühlen lassen.

Aus einem Backpapier 8 Quadrate von je 8 × 8 cm ausschneiden.

Teig in 8 Portionen teilen, zu Kugeln formen, mit dem Wallholz auswallen, sodass Rondellen von je Ø 12 cm entstehen. Je ¼ der Füllung in die Mitte einer Teigkugel geben, Ränder über der Füllung zusammenraffen, gut zusammendrücken. Teigkugeln mit der Verschlussseite nach oben auf die vorbereiteten Backpapierstücke legen. 3 Teigkugeln mit dem Backpapier mit etwas Abstand in den Varoma-Behälter legen, Varoma-Einlegeboden einsetzen, restliche 5 Teigkugeln mit dem Backpapier mit etwas Abstand darauflegen. Darauf achten, dass die Dampfschlitze am oberen Rand frei bleiben.

**600 g Wasser** Wasser in den Mixtopf geben. Varoma verschliessen, aufsetzen und **30 Min./Varoma/Stufe 2** garen. Varoma auf einen Teller absetzen, Mixtopf leeren und kalt spülen.

## Sauce

**5 g Ingwer**, geschält Ingwer, Koriander, Sojasauce, Limettensaft und Sesamöl in den Mixtopf geben, **20 Sek./Stufe 8** pürieren. Bao Buns mit der Sauce anrichten.  
**½ Bund Koriander** (ca. 10 g), Blätter abgezupft

**30 g Sojasauce**  
**15 g Limettensaft**  
**15 g geröstetes Sesamöl**

Portion: 671 kcal (2817 kJ) = F 23 g, Kh 79 g, E 34 g





### \* Nussmus wie Beton?

Nussmus ist, in einem Einmachglas luftdicht verschlossen, mehrere Monate haltbar. Sie können es bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank aufbewahren, in der Kühle wird es allerdings etwas fester. Meistens setzt sich oben nach einer gewissen Zeit das Nussöl ab. In dem Fall einfach mit einem Löffel wieder unterrühren. Wenn Sie das Mus länger unangetastet lassen, kann es richtig hart werden. Der Trick: Masse inklusive Öl in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 6** cremig rühren und zurück ins Glas füllen.



*Ein Vegi-Teller, der auch gut auf die Weihnachtstafel passen würde.*

# Rotkabis im Teig

*Pssst... dieses Gericht ist sogar...*

🕒 20 Min. ⌚ 1 Std. 25 Min. 🍴 einfach 🍴 4 Portionen 📊 669 kcal ✓ **vegan** 🚫 laktosefrei

## Tofu

<b>260 g Tofu nature</b> , in Würfeln (5 mm)	Tofu, Sonnenblumenöl, Kreuzkümmel, Zimt, Cayennepfeffer und Salz mischen, zugedeckt 45 Minuten ziehen lassen. In dieser Zeit Rotkabis zubereiten.
<b>1 EL Sonnenblumenöl</b>	
<b>¼ TL Kreuzkümmelpulver</b>	
<b>¼ TL Zimt</b>	
<b>1 Msp. Cayennepfeffer</b>	
<b>½ TL Salz</b>	

## Rotkabis

<b>400 g Rotkabis</b> , Strunk entfernt, in Stücken (3 cm)	Rotkabis und Zwiebeln in den Mixtopf geben, mithilfe des Spatels <b>4 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>120 g Zwiebeln</b> , halbiert	
<b>20 g Sonnenblumenöl</b>	Sonnenblumenöl zugeben und ohne Messbescher <b>5 Min./100 °C/Stufe 1</b> dämpfen.
<b>100 g Wasser</b> und etwas mehr zum Bestreichen	Wasser, Gemüsebouillonwürfel, Kreuzkümmel, Zimt, Cayennepfeffer und Salz zugeben und <b>10 Min./100 °C/Stufe 1</b> garen.
<b>1 Gemüsebouillonwürfel</b> (für 0,5 l)	
<b>¾ TL Kreuzkümmelpulver</b>	
<b>¾ TL Zimt</b>	
<b>¼ TL Cayennepfeffer</b>	
<b>¼ TL Salz</b>	
<b>20 g Apfelessig</b>	Apfelessig zugeben und <b>20 Sek./Stufe 3</b> mischen. Rotkabis in eine weite Schüssel umfüllen und 30 Minuten auskühlen lassen. In dieser Zeit Mixtopf spülen.
<b>1 ausgewallter Blätterteig</b> (25 × 42 cm)	Backofen auf 220 °C vorheizen.
<b>1 EL Wasser</b>	Blätterteig mit dem Backpapier entrollen. Tofu unter den gegarten Rotkabis mischen, auf dem mittleren Längsdrittel des Teigs verteilen, dabei auf den Schmalseiten einen Rand von je 2 cm frei lassen. Teigränder mit wenig Wasser bestreichen. Längsränder über der Füllung gut zusammendrücken, Teignah schön formen. Schmalseiten mit einer Gabel gut andrücken. Teig mit dem Backpapier auf ein Backblech ziehen. Wasser und Nussmus gut verrühren, Teig damit bestreichen.
<b>2 TL Nussmus*</b> (z. B. Mandel- oder Cashew-Mus)	

Rotkabis im Teig 20–25 Minuten (220 °C) in der unteren Hälfte des Backofens goldbraun backen. In dieser Zeit Sauce zubereiten.

## Sauce

<b>1 Bund Petersilie</b> (ca. 20 g), Blätter abgezupft	¾ der Petersilie, Apfelessig, Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, <b>3 Sek./Stufe 8</b> zerkleinern, mit den Apfelschnitzen mischen. Strudel aus dem Backofen nehmen, 10 Minuten ruhen lassen. Strudel mit den Apfelschnitzen und der Sauce anrichten, mit restlichen Petersilienblättern garnieren.
<b>40 g Apfelessig</b>	
<b>80 g Sonnenblumenöl</b>	
<b>¼ TL Salz</b>	
<b>4 Prisen Pfeffer</b>	
<b>1 rotschaliger Apfel</b> , entkernt, in feinen Schnitzen	

Portion: 669 kcal (2782 kJ) = F 49 g, Kh 37 g, E 15 g



Heute schon an morgen denken



Betty Bossi liegt ein **schonender Umgang mit Ressourcen** sehr am Herzen. Entsprechende Ideen sind ständig in Prüfung und Umsetzung. So wurde zum Beispiel vor ein paar Monaten das **Stopf- und Packmaterial** für unsere Pakete durch eine nachhaltigere Alternative ersetzt. Neu verwenden wir mengenmässig weniger und ausschliesslich **recykliertes Material**. Das ist nicht nur umwelttechnisch sinnvoll, sondern oft einfach schöner und/oder praktischer. Auch die Verpackung für den Versand unserer Zeitschriften wurde angepasst. Die dünne Folie aus Kunststoff ist aus mehreren Gründen der zurzeit umweltfreundlichste Schutz, den es auf dem Markt gibt.



Kreativ in der Backstube  
**Guetzli mit Jöö-Effekt**

Ob Herzli oder Sternli: Diese Guetzli halten alles ganz fest. Mit unserem neuen Ausstecher-Set können Sie Ihrer Kreativität freien Lauf lassen und passend zum Anlass das ganze Jahr über Guetzli gestalten, die jedem ein Lächeln ins Gesicht zaubern.

**Guetzli-Ausstecher,  
Herz und Stern - Set,  
ab CHF 17.95**

Produktneuheiten und Highlights von Betty Bossi  
Weitere Infos auf **bettybossi.ch**

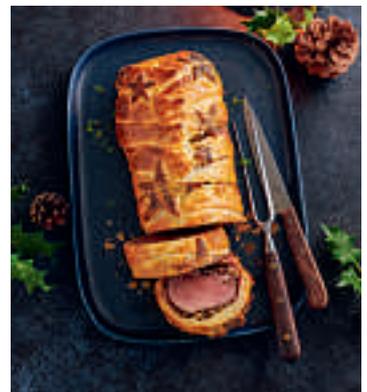
# NEWS



«Vom Kühlschrank direkt auf den Tisch und erst noch beschriftbar – diese Schälchen sind wirklich toll!»

Sarah, Leiterin Redaktion und Gestaltung

Schale, Keramik, mit Deckel, beschriftbar – 4 Stück, inkl. Kreidestift, ab CHF 29.95



Filet im Festkleid  
**Knusperwunder im Flechtlook**

Dieses Jahr wird Ihr Filet im Teig nicht nur besonders knusprig, sondern auch besonders hübsch! Der neuste Streich aus unserer Innovationsabteilung überzeugt durch erstklassige Antihaf-Beschichtung, clevere Lochstruktur und einfache Stanzhilfe für ein perfektes Flechtmuster.

**Backblech Filet im Teig,  
Flechtmuster - Set,  
ab CHF 29.95**



Neu auf unserer Website  
**Alles für die Familie!**

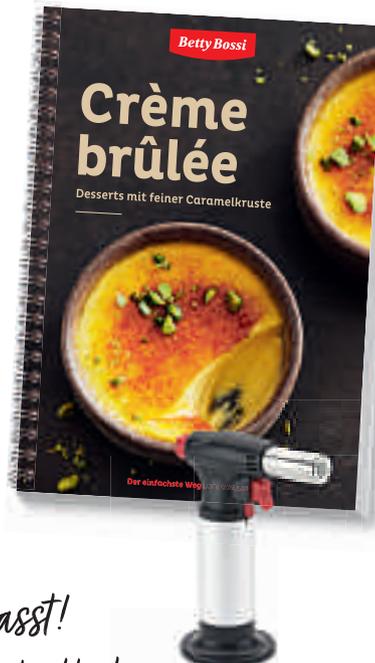
Seit Oktober finden Sie auf der Website von Betty Bossi einen neuen, eigens eingerichteten **Bereich für Familien**. Neben vielen coolen kinderfreundlichen Rezepten und Ideen für die Wochenplanung gibt es haufenweise Inspiration für spezielle Anlässe (z. B. Halloween oder Kindergeburtstag) und Aktivitäten wie Guetzi-backen. Zudem: spannende Beiträge zum Thema Ernährung und eine tolle Auswahl familien-tauglicher Helfer für den Haushalt. Viel Spass beim Entdecken!

[bettybossi.ch/bettyfamily](http://bettybossi.ch/bettyfamily)

Das aktuelle Kombi-Angebot  
**Caramelisieren und geniessen**

Bühne frei für die Crème de la Crème! In unserem neusten Werk widmen wir uns vollumfänglich den beiden heissgeliebten Klassikern: Crème brûlée und Crema Catalana. Neben der Grundzubereitung und vielen Tipps finden Sie rund 30 verführerische Variationen, inklusive Ideen für jede Jahreszeit. Das perfekte Tool dazu kommt in Form unseres Bunsenbrenners, mit dessen Hilfe Sie mit links eine Caramelkruste wie aus der Profiküche zaubern.

**Crème brûlée, Buch  
+ Bunsenbrenner – Kombi,  
CHF 29.90 (mit Abo)**



*Crème-brûlée-Fans aufgepasst!  
Auf S. 42 finden Sie eine köstliche  
Variante mit Chai und Honig.*



**thermomix**

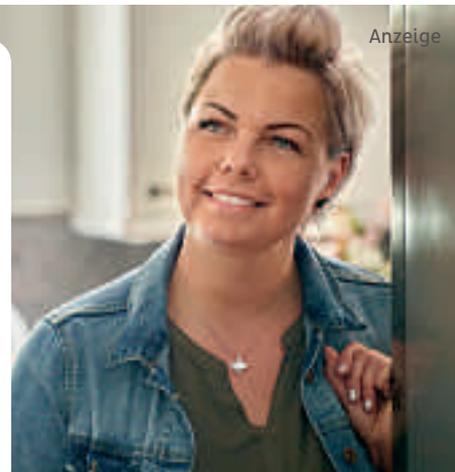
**Mach deine Leidenschaft  
zum Beruf  
mit Thermomix®**

Liebst du das Kochen? Du liebst es, Kontakte zu knüpfen, und möchtest das Leben anderer Menschen positiv beeinflussen? Du bist auf der Suche nach einer neuen Möglichkeit, die dich erfüllt und flexibel ist?

Warum wirst du dann nicht Thermomix® Berater\*in? Teile deine Thermomix® Erfahrung und mache aus einer alltäglichen Tätigkeit deine Karriere. Als Berater\*in ist es deine Aufgabe, den Thermomix® in deiner Welt einzuführen, und zwar in deinem eigenen Tempo.

Erfahre mehr auf [www.vorwerk.ch/karriere/](http://www.vorwerk.ch/karriere/)

**VORWERK**



## SCHNELL & EINFACH

Sie suchen **unkomplizierte, saisonale Gerichte**, die allen schmecken? Dann sind Sie hier richtig! Unsere Rezepte sind entweder in **30 Minuten Gesamtzeit** oder, falls Gar- oder Backzeit länger dauern, in **maximal 20 Minuten aktiver Zeit** auf dem Tisch.

# schnell & einfach

*Mit frischem Koriander garnieren!*





# Poulet mit Wirz und Kokosreis

🔪 15 Min. ⌚ 60 Min. 🍴 einfach 🍽️ 4 Portionen 🔥 633 kcal

🌾 glutenfrei 🥛 laktosefrei

## Sauce

**2 Knoblauchzehen** Knoblauch und Ingwer in den Mixtopf geben, **5 Sek./ Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**10 g Ingwer**, geschält, in Stücken

**10 g geröstetes Sesamöl** Sesamöl, Currypaste, Wasser, Kokosmus, Limettensaft und Salz zugeben, **10 Sek./Stufe 4** mischen. Sauce **5 Min./100 °C/Stufe 1** aufkochen, in eine Schüssel umfüllen und zugedeckt beiseitestellen.

**50 g grüne Currypaste**

**150 g Wasser**

**10 g Kokosmus** (siehe Hinweis)

**10 g Limettensaft**

**½ TL Salz**

## Reis, Wirz und Poulet

**900 g Wasser**

**300 g Basmati-Reis** (Kochzeit 15 Min.)

**80 g Kokosmus**

**500 g Wirz**, in Schnitzen (3 cm)

**1 TL Salz**

**500 g geschnetztes Pouletfleisch**

Wasser in den Mixtopf geben, Gareinsatz auf den Mixtopfdeckel stellen, Reis einwiegen. Reis unter fließendem kaltem Wasser so lange spülen, bis das Wasser klar ist. Gareinsatz mit dem Reis einsetzen, Kokosmus daruntermischen. Varoma-Behälter aufsetzen. Wirz-Schnitze darin verteilen, ½ TL Salz darüberstreuen. Varoma-Einlegeboden einsetzen, mit einem feuchten, zugeschnittenen Backpapier belegen, dabei darauf achten, dass die seitlichen Dampfschlitze frei bleiben. Poulet auf dem Backpapier verteilen, mit ½ TL Salz und 3 EL der beiseitegestellten Sauce mischen.

Varoma verschliessen und **22 Min./Varoma/Stufe 4** garen (Garprobe beim Poulet vornehmen). Varoma absetzen, Wirz, Poulet und Reis mit der beiseitegestellten Sauce anrichten.

**Hinweis:** Kokosmus besteht aus getrockneten, gemahlenden Kokosnüssen und ist in grösseren Lebensmittelgeschäften erhältlich. Statt Kokosmus 1 EL Kokosraspel unter die Sauce und 4 EL Kokosraspel nach dem Garen unten den Reis mischen.

**Portion:** 633 kcal (2643 kJ) = F 21g, Kh 66g, E 41g



AKTIV

15'

GESAMT

60'

## Saisonal kochen



### Wirz, der gesunde Krauskopf

Wirz, oder auch Wirsing genannt, gehört von allen Kohlarten zu den beliebtesten, vor allem in den Wintermonaten.

Was viele nicht wissen: Wirz hat rund ums Jahr Saison. Es gibt Frühlings-, Sommer-, Herbst- und Wintersorten. In der kalten Jahreszeit ist sein Aroma intensiver als in der warmen, zudem erscheint er mit dunkleren Blättern. Schmecken tut er nicht nur gekocht, sondern auch roh, zum Beispiel im Salat. Und dazu ist Wirz noch sehr gesund! Er punktet mit Chlorophyll, Vitamin C und E sowie Folsäure und Magnesium.



AKTIV

20'

GESAMT

30'

**Say no to Food Waste**

Dieser nahrhafte Salat ist super zum Aufbrauchen von Brotresten. Er schmeckt mit praktisch jeder Brotsorte, egal ob frisch oder nicht.

## Brotsalat mit Kabis

20 Min. 30 Min. einfach 4 Portionen 538 kcal vegan laktosefrei

<b>1 Bund Petersilie</b> (ca. 20 g), Blätter abgezupft	Petersilie in den Mixtopf geben, <b>6 Sek./Stufe 6</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>80 g Olivenöl</b>	80 g Olivenöl, Weissweinessig, Wasser, Senf, Salz und Pfeffer zugeben, <b>12 Sek./Stufe 5</b> mischen, in eine Schüssel umfüllen.
<b>80 g Weissweinessig</b>	
<b>30 g Wasser</b>	
<b>30 g milder Senf</b>	
<b>1 TL Salz</b>	
<b>4 Prisen Pfeffer</b>	
<b>500 g Weisskabis</b> , in Stücken (3 cm)	Weisskabis und Kümmel in den Mixtopf geben, mithilfe des Spatels <b>3 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>1 TL Kümmel</b> (optional)	Nochmals <b>3 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern, zur Sauce geben, mischen.
<b>50 g Baumnußkerne</b>	Baumnußkerne in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 5 Minuten rösten, umfüllen, beiseitestellen.
<b>2 EL Olivenöl</b>	2 EL Olivenöl in derselben Pfanne heiss werden lassen. Brotwürfel bei mittlerer Hitze 10 Minuten rösten. Brotwürfel mit den Birnenschnitzen zum Kabis geben, mischen, anrichten. Geröstete Baumnußkerne darüberstreuen.
<b>250 g Ruchbrot</b> , in Würfeln (2 cm)	
<b>250 g Birnen</b> (z. B. gute Luise), entkernt, in Schnitzen	

← - - - - *Statt würden auch Äpfel gut in den Salat passen.*

Portion: 538 kcal (2238 kJ) = F 34 g, Kh 42 g, E 11 g



AKTIV

15'

GESAMT

40'

# Curry-Rüebli-Suppe

🔪 15 Min. ⌚ 40 Min. 🍷 einfach 🍴 4 Portionen 📊 178 kcal 🌱 vegi

<b>150 g Zwiebeln</b> , halbiert <b>2 Knoblauchzehen</b> <b>3 Stängel Zitronengras</b> , nur Inneres, in Stücken (3 cm)	Zwiebeln, Knoblauch und Zitronengras in den Mixtopf geben, <b>5 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>20 g geröstetes Sesamöl</b> <b>15 g Reisessig</b> <b>1 EL mittelscharfes Currypulver</b> <b>½ TL Kreuzkümmelpulver</b>	Sesamöl, Reisessig, Curry und Kreuzkümmel zugeben und ohne Messbecher <b>4 Min./120 °C/Stufe 1</b> dämpfen.
<b>450 g Rüebli</b> , geschält, in Stücken (3 cm) <b>175 g mehlig kochende Kartoffeln</b> , geschält, in Stücken (4 cm)	Rüebli und Kartoffeln zugeben, <b>7 Sek./Stufe 7</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>850 g Wasser</b> <b>2 Gemüsebouillonwürfel</b> (für je 0,5 l)	Wasser und Gemüsebouillonwürfel zugeben und <b>20 Min./100 °C/Stufe 2</b> garen.
<b>180 g Joghurt nature</b> <b>1 Bio-Limette</b> , abgeriebene Schale <b>20 g Limettensaft</b>	90 g Joghurt, Limettenschale und Limettensaft zugeben und <b>3 Min./Stufe 4–8 schrittweise ansteigend</b> pürieren. Suppe anrichten, mit restlichem Joghurt (90 g) garnieren.

**Tipp:** Curry-Nüsse grob hacken, vor dem Servieren darüberstreuen.

Portion: 178 kcal (745 kJ) = F 8 g, Kh 20 g, E 5 g

## Tipps für Kids

Ihr Kind ist kein Fan von Gemüsesuppe? Versuchen Sie, sie mal als «Pastasauce» zu servieren. Am Ende etwas Reibkäse unter die Teigwaren mischen.

Dazu passt  
Fladenbrot.



*Polenta, mit dem Thermomix® gekocht: genial einfach!*



*Das Fleisch können Sie nach Belieben auch weglassen oder durch ein günstigeres ersetzen.*



AKTIV

20'

GESAMT

40'

# Polenta mit Kürbis und Kalbskoteletts

🔪 20 Min. ⌚ 40 Min. 🍴 einfach 🍽️ 4 Portionen 📊 939 kcal 🌾 glutenfrei

## Salbeipesto

- 2 Bund Salbei** (ca. 40 g), Blätter abgezupft  
**1 Knoblauchzehe**  
**40 g Kürbiskerne** ← Auch sehr fein: geschälte, geröstete Haselnüsse (anstatt Kürbiskerne)  
**100 g Olivenöl**  
**2 Prisen Salz**  
**2 Prisen Pfeffer**
- Salbei, Knoblauch, Kürbiskerne, Olivenöl, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 10** zerkleinern und umfüllen.

## Kürbis und Koteletts

- 1300 g Wasser**  
**2 3/4 TL Salz**  
**500 g Kürbis** (Muscade)  
**10 g Olivenöl**  
**2 EL Bratbutter**  
**4 Kalbskoteletts** (je ca. 250 g)
- Wasser und 1 TL Salz in den Mixtopf geben und **8 Min./100 °C/Stufe 1** aufkochen. Währenddessen Kürbis schälen, entkernen, in 3 cm dicke Schnitze schneiden, halbieren.
- Varoma-Behälter aufsetzen, Kürbisschnitze darin verteilen, Olivenöl darüberträufeln, 3/4 TL Salz darüberstreuen. Varoma verschliessen und **20 Min./Varoma/Stufe 2** garen. Währenddessen 1 EL Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze etwas reduzieren. 2 Kalbskoteletts mit 1/2 TL Salz salzen, beidseitig je 5 Minuten braten, auf einen Teller geben, zugedeckt beiseitestellen. Mit den restlichen 2 Koteletts gleich verfahren, zugedeckt beiseitestellen.
- 220 g mittelfeiner Maisgriess** (Kochzeit 4 Min.)  
**100 g Doppelrahm-Frischkäse**  
**2 Prisen Pfeffer**
- Varoma auf einen Teller absetzen. Salzwasser im Mixtopf **1 Min./98 °C/Stufe 2** erhitzen, dabei Maisgriess nach und nach durch die Öffnung im Mixtopfdeckel zugeben.
- 2 EL Salbeipesto, Frischkäse und Pfeffer zugeben, mit dem Spatel einmal über den Mixtopfboden rühren, um den Maisgriess zu lösen. Nachmals **3 Min./98 °C/Stufe 2** garen.
- Polenta mit dem Kürbis, dem restlichen Pesto und den Koteletts anrichten.

Portion: 939 kcal (3918 kJ) = F 58 g, Kh 49 g, E 52 g



## Saisonal kochen

### Kürbis, Liebling der Nation

Saftiges Fruchtfleisch und ein leicht nussiges und süssliches Aroma: Der Kürbis begeistert Gross und Klein. Er ist in der Schweiz ab August bis in den Februar hinein erhältlich. Wem das nicht lang genug ist, friert ihn am besten gekocht und püriert als Mus ein. Auch sauer eingelegt schmeckt er hervorragend. Reife Kürbisse erkennt man übrigens mithilfe der Klopfprobe: Klingt der Kürbis hohl und dumpf, ist er «ready to cook».





AKTIV

10'

GESAMT

30'

**Winterspinat**

Spinat wird nicht nach Sorte, sondern nach seiner Aussaat unterschieden: Es gibt daher Frühjahrs-, Herbst- und Winterspinat. Der Frühjahrsspinat ist der zarte, im Supermarkt erhältlich unter der Bezeichnung «Jungspinat». Der kräftige Spinat der Wintermonate ist ein wenig herber und hat dickere Stiele, ist aber in der kalten Jahreszeit eine willkommene Abwechslung zu Kohl, Kürbis und Wurzelgemüse.



# Spaghettoni mit Blauschimmelkäse und Spinat

10 Min. 30 Min. einfach 4 Portionen 470 kcal vegi

3l Wasser	Wasser in einem Topf aufkochen, salzen. Spaghettoni begeben, nach Angabe auf der Verpackung al dente kochen. In dieser Zeit Zwiebeln und Knoblauch in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
1 EL Salz	
400g Spaghettoni	
80g Zwiebeln, halbiert	
1 Knoblauchzehe	
20g Olivenöl	Olivenöl zugeben und ohne Messbecher 2 Min./120 °C/Stufe 2 dämpfen.
400g Winterspinat, Strunk entfernt, grob geschnitten	150g Winterspinat, Gemüsebouillonwürfel und Pfeffer zugeben, 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern.
1 Gemüsebouillonwürfel (für 0,5l)	150g Winterspinat zugeben und 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern.
4 Prisen Pfeffer	100g Winterspinat zugeben, nochmals 3 Sek./Stufe 5 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
125g Blauschimmelkäse (z.B. Saint Agur), in Stücken (1cm)	Masse ohne Messbecher 5 Min./100 °C/☞/Stufe 1 garen. 100g Blauschimmelkäse mit dem Spatel unterheben. Spaghettoni zum Abtropfen in den Varoma-Behälter giessen, mit der Sauce mischen, anrichten, restlichen Blauschimmelkäse darauf verteilen.

Portion: 470 kcal (1963 kJ) = F 17g, Kh 75g, E 21g



AKTIV

15'

GESAMT

50'

## Lauch-Kartoffel-Wähe mit Schüblig

15 Min. 50 Min. einfach 4 Portionen 749 kcal

**1 ausgewallter Kuchenteig\***  
(Ø 32 cm)

Backofen auf 220 °C vorheizen. Teig entrollen, mit dem Backpapier in ein Wähenblech (Ø 28–30 cm) legen, Boden mit einer Gabel dicht einstechen.

**400 g Lauch**, längs halbiert,  
in Stücken (2 cm)

Lauch, Kartoffeln, Brühwürste, Milch, Eier, Salz, Muskat und Pfeffer in den Mixtopf geben, mithilfe des Spatels **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und auf dem Teigboden verteilen.

**300 g mehlig kochende Kartoffeln**,

geschält, in Stücken (3 cm)

**240 g geräucherte Brühwürste**  
(z. B. St. Galler Schüblig),  
in Stücken (2 cm)

Wähe 35 Minuten (220 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen. Wähe herausnehmen, 5 Minuten abkühlen lassen.

**150 g Milch**

**3 Eier**

**1½ TL Salz**

**2 Msp. Muskatnuss**

**4 Prisen Pfeffer**

*\*Im Alltag ist fertiger, bereits ausgewallter Kuchenteig einfach superpraktisch. Sie können ihn natürlich auch selber machen.*

Portion: 749 kcal (3126 kJ) = F 38 g, Kh 71 g, E 26 g



### Tipps für Kids

Kinder lieben süsse Hauptmahlzeiten! Wenn Ihnen hier die Vitamine fehlen, bieten Sie dem Nachwuchs zur Vor Speise ein paar Gemüsesticks oder ein wenig Salat an.



Zugegeben: So richtig schnell stehen unsere Dampfnudeln nicht auf dem Tisch, aber die Zubereitung benötigt nur ein paar Handgriffe.



AKTIV

15'

GESAMT

110'

## Dampfnudeln mit Kirschen

15 Min. 1 Std. 50 Min. einfach 6 Portionen 734 kcal

### Teig

**250 g Milch**  
**½ Würfel Hefe** (ca. 20 g), zerbröckelt  
Milch und Hefe in den Mixtopf geben und **3 Min./37°C/Stufe 2** erwärmen.

**475 g Zopfmehl**  
**50 g Butter**, weich, und etwas mehr zum Einfetten  
**1 Ei**  
**30 g Zucker**  
**1¼ TL Salz**  
Zopfmehl, Butter, Ei, Zucker und Salz zugeben und **Teig 3 Min.** kneten. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben, zudeckt bei Raumtemperatur 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen. In dieser Zeit Mixtopf spülen und Kompott zubereiten.

### Kompott

**400 g tiefgekühlte entsteinte Kirschen**, aufgetaut  
**50 g Zucker**  
**30 g Zitronensaft**  
**¼ TL Zimt**  
Kirschen, Zucker, Zitronensaft und Zimt in den Mixtopf geben und **7 Min./100°C/Stufe 1** garen. Kompott umfüllen, bis zum Servieren beiseitestellen und Mixtopf spülen.  
Eine weite ofenfeste Form (z. B. Gratinform, 22 × 28 × 4 cm) einfetten. Teig zu 16 gleich grossen Kugeln formen, in die vorbereitete Form legen. Mit Alufolie oder einem ofenfesten Deckel zudecken, nochmals 30 Minuten aufgehen lassen. In dieser Zeit Backofen auf 200 °C vorheizen.

### Guss

**300 g Milch**  
**100 g Vollrahm**  
**30 g Butter**  
Milch, Vollrahm und Butter in den Mixtopf geben, **3 Min./40°C/Stufe 2** erwärmen, über die Teigkugeln giessen, mit der Alufolie wieder gut zudecken.  
**1 EL Puderzucker** zum Bestäuben  
Dampfnudeln 35 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. Alufolie entfernen, 5 Minuten fertig backen. Herausnehmen, etwas abkühlen, mit Puderzucker bestäuben, noch warm mit dem Kirschkompott servieren.

Portion: 734 kcal (3084 kJ) = F 22 g, Kh 112 g, E 19 g



### Passt auch dazu: Vanillesauce

Mit dem TM6 zubereiten: **1 Vanillestängel**, längs halbiert, Samen ausgekratzt, mit **300 g Milch**, **2 Eiern** (oder 4 Eigelben) und **50 g Zucker** in den Mixtopf geben und **Andicken 3/80°C**.

Mit dem TM5 zubereiten: **1 Vanillestängel**, längs halbiert, Samen ausgekratzt, mit **300 g Milch**, **2 Eiern** (oder 4 Eigelben) und **50 g Zucker** in den Mixtopf geben und **9 Min./80°C/Stufe 3** erwärmen.

FESTTAGSGEBÄCK  
ZUM TEILEN

# Sternstunden

*Da werden Freunde und Familie Augen machen, wenn Sie mit diesem wunderhübschen Festtagsgebäck um die Ecke kommen. Es ist zum Teilen gedacht – wer will, darf zugreifen. En Guete!*



# Lebkuchen-Hefestern

🔪 30 Min. ⌚ 2 Std. 🍳 mittel 🍞 1 Stück (ca. 1100 g) 📊 331kcal

## Teig

**325 g Wasser** Wasser, Honig und Hefe in den Mixtopf geben und **3 Min./37°C/ Stufe 2** erwärmen.  
**20 g Honig**  
**½ Würfel Hefe** (ca. 20 g), zerbröckelt

**350 g Ruchmehl** Ruchmehl, Weissmehl und Salz zugeben und **Teig 3 Min.** kneten.  
**150 g Weissmehl** und etwas mehr zum Bemehlen Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben, zugedeckt bei Raumtemperatur 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen. Mixtopf spülen und trocknen.  
**1¼ TL Salz**

## Füllung

**100 g Haselnüsse** Haselnüsse in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 10** mahlen.

**110 g Honig** Honig, Butter, Zitronensaft, Kakaopulver und Lebkuchengewürz zugeben und **20 Sek./Stufe 4** mischen.

**100 g Butter**, weich

**20 g Zitronensaft**

**10 g Kakaopulver**

**10 g Lebkuchengewürz**

Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben, etwas flach drücken. Teig in 3 Portionen teilen, Teige mit dem Wallholz rund auswallen (Ø 25 cm). Füllung auf 2 Teigen verteilen, aufeinander auf das vorbereitete Backblech legen. Den dritten Teig darauflegen. Ein Glas (Ø 7 cm) in die Teigmitte setzen. Teig ringsum in ca. 16 Streifen bis zum Glasrand einschneiden. Je zwei Teigstreifen 2-mal um 360 Grad voneinander weg drehen (wie im Bild). Enden nach unten klappen, zusammendrücken, nochmals zugedeckt bei Raumtemperatur 30 Minuten aufgehen lassen. In dieser Zeit Backofen auf 180 °C vorheizen.

**1 Ei**, verklopft Stern mit Ei bestreichen, 40 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens goldbraun backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Stern mit dem Puderzucker bestäuben.  
**1 EL Puderzucker** zum Bestäuben

**100 g:** 331kcal (1388 kJ) = F 14 g, Kh 41 g, E 9 g



### Say no to Food Waste

Restliche Hefe gut verpackt in einer kleinen Frischhaltedose im Kühlschrank aufbewahren und rasch aufbrauchen.

*Enden nach unten klappen und zusammendrücken.*



# Schoggi-Dreikönigskuchen

🔪 35 Min. ⌚ 3 Std. 10 Min. 🍴 mittel 🍞 1 Stück (ca. 1000 g) 📊 303 kcal

✓ vegan 🚫 laktosefrei

<b>100 g dunkle Schokolade</b> (vegan), in Stücken (2 cm)	Schokolade in den Mixtopf geben, <b>4 Sek./ Stufe 7</b> zerkleinern und umfüllen. Mixtopf spülen.
<b>600 g Zopfmehl</b> und etwas mehr zum Bemehlen <b>60 g Rohrzucker</b> <b>½ Würfel Hefe</b> (ca. 20 g), zerbröckelt <b>2 TL Salz</b> <b>360 g Wasser</b>	Zopfmehl, Rohrzucker, Hefe, Salz und Wasser in den Mixtopf geben und <b>Teig ¼/1 Min.</b> kneten.
<b>70 g Sonnenblumenöl</b>	Sonnenblumenöl und zerkleinerte Schokolade zugeben und <b>Teig ¼/1 Min.</b> kneten. Teig kurz von Hand durchkneten, bis alle Schokoladestücke gleichmässig verteilt sind. Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben und zugedeckt bei Raumtemperatur 1½ Stunden aufs Doppelte aufgehen lassen.
<b>1 Mandel</b> oder 1 kleiner <u>Plastikkönig</u>	Teig auf die leicht bemehlte Arbeitsfläche geben. 300 g Teig zu einer Kugel formen, mit dem Wallholz rund auswallen (Ø 25 cm), auf ein Backpapier legen, mit einem Messer 8 gleich grosse «Kuchenstücke» einkerben. «Kuchenstücke» von aussen nach innen je 2 cm tief und von innen nach aussen je 7 cm tief einschneiden. Vom restlichen Teig 8 Portionen von je 80 g abwiegen, zu Kugeln formen, dabei Mandel oder König in eine der Kugeln stecken. Teigrondele mit wenig Wasser bestreichen, Kugeln im Kranz darauflegen. Die inneren Teigspitzen der Rondelle über je eine Kugel klappen, äussere Seite der Rondellen zu Spitzen formen. Aus dem restlichen Teig eine grosse Kugel formen, flach drücken, sodass sie genau in die Mitte des Kranzes passt, in die Kranzmitte legen. Königskuchen mit dem Backpapier auf ein Backblech ziehen, locker zugedeckt bei Raumtemperatur nochmals 30 Minuten aufgehen lassen. In dieser Zeit Backofen auf 180 °C vorheizen.
<b>1 EL Nussmus</b> (z. B. Mandel- oder Cashew-Mus)	Nussmus und Wasser gut verrühren, Teig damit bestreichen, mit Hagelzucker und Mandelblättchen verzieren.
<b>2 EL Wasser</b> und etwas mehr zum Bestreichen	
<b>1 EL Hagelzucker</b>	
<b>1 EL Mandelblättchen</b>	

↑  
*Den können Sie bei Anbietern für Backzubehör bestellen.*

100 g: 303 kcal (1277 kJ) = F 8 g, Kh 49 g, E 7 g

## Tipps und Tricks von Laura



Der Dreikönigskuchen erlebt in der Schweiz gerade eine Art Revival. Er ist so beliebt wie lange nicht mehr! In vielen Familien wird er bereits im Dezember gebacken, also längst nicht nur am 5. oder 6. Januar. Darum dachten wir, es wäre an der Zeit, eine neue Auflage des klassischen Dreikönigskuchens zu kreieren. Eine, die noch etwas royaler daherkommt und dazu noch aus rein pflanzlichen Zutaten besteht. Das Formen ist einen Tick aufwändiger, sollte aber mithilfe der Fotos unten problemlos zu bewältigen sein. Sie bevorzugen die klassische Variante? In der Betty Bossi mix-Ausgabe 4/2018 oder im cookidoo® finden Sie das Rezept.



Die Teigrondele auf ein Backpapier legen, mit einem Messer 8 gleich grosse «Kuchenstücke» einkerben. Von aussen nach innen je 2 cm tief und von innen nach aussen je 7 cm tief einschneiden.



Vom restlichen Teig 8 Portionen von je 80 g zu Kugeln formen, dabei Mandel oder König in eine der Kugeln stecken. Teigrondele mit wenig Wasser bestreichen und anschliessend Kugeln darauflegen.



Die inneren Teigspitzen der Rondelle über je eine Kugel klappen, äussere Seite der Rondellen zu Spitzen formen.



Aus dem restlichen Teig eine grosse Kugel formen. Kugel flach drücken, sodass sie genau in die Mitte des Kranzes passt, und diese in die Kranzmitte legen. Mit dem Backpapier auf ein Backblech ziehen und nochmals aufgehen lassen.

# Tipps & Tricks

## Eiweiss oder Eigelb übrig?

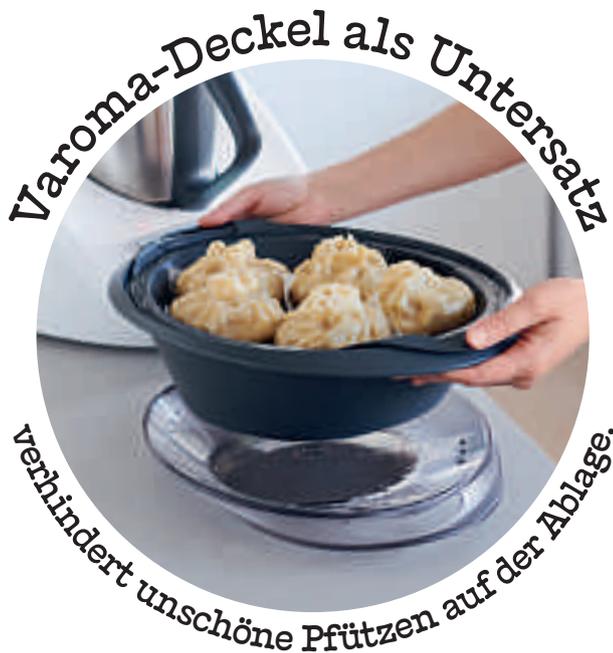


Eigelbe und Eiweisse lassen sich getrennt leicht verklopft zuge- deckt **ca. 2 Tage im Kühlschrank** aufbewahren. Anschliessend nur für Gekochtes/Gebackenes verwenden. Sie können sie aber auch ohne Probleme **einfrieren**. Da- zu Eigelbe leicht verklopft mit

1 Prise Salz, Eiweisse leicht verklopft ohne Salz in einem Eis- würfelbehälter tiefkühlen. Wichtig: Mit Datum beschriften. Haltbarkeit: ca. 3 Monate. Die Eier jeweils im Kühlschrank, nicht bei Raumtemperatur, auftauen.

**Ideen für Eigelb-Verwertung:** Übrig gebliebenes oder auf- getautes Eigelb lässt sich zum Bestreichen von Gebäck, in Omeletten-, Spätzli- oder Rührteigen verwenden. Mit frischem Eigelb können Sie Mayonnaise, Spaghetti alla carbonara, Sabayon (Seite 6), Vanillesauce (Seite 25), Crème brûlée (Seite 42) oder Eierlikör zubereiten.

**Ideen für Eiweiss-Verwertung:** Haben Sie ganz frisches Eiweiss übrig, empfehlen wir, Makrönli oder Meringues (Paulova, Seite 49) damit zu zaubern. Nicht mehr ganz so frisches können Sie zum Beispiel für Guetzli (Zimtsterne, Brunslis, Vanille-Zitronen-Sterne, Seite 45) einsetzen. Alternativ servieren Sie das Eiweiss als Frühstücksomelette mit Brot oder streuen es in Form von Rührei über Salat.



*Wer gesundheitsbewusst, ohne tierische Zutaten und dazu ohne Haushaltszucker nas- chen möchte, muss diese schnellen Guetzli unbedingt probieren. Das Tolle ist, dass sie nicht nur in die Weihnachtszeit passen, sondern ein wunderbarer (kinderfreundlicher) Snack das ganze Jahr hindurch sind.*



## Müesli-Guetzli mit Aprikosen

🔪 15 Min. ⏰ 25 Min. 🍴 einfach 🍳 24 Stück 📊 69kcal  
 ✓ vegan 🚫 laktosefrei

<b>50 g Baumnuss-kerne</b>	Backofen auf 200 °C vorheizen. Baumnusskerne in den Mixtopf geben, <b>8 Sek./Stufe 8</b> zerkleinern und in einen tiefen Teller umfüllen.
<b>100 g getrocknete süsse Aprikosen</b>	Süsse und saure Aprikosen, Cranberrys, Haferflocken, Zitronensaft, Rapsöl, Zimt und Salz in den Mixtopf geben und <b>30 Sek./Stufe 6</b> zerkleinern. Die Hälfte der zerkleinerten Baumnüsse über ein Backpapier streuen, Aprikosenmasse
<b>50 g getrocknete saure Aprikosen</b>	daraufgeben, mit einem zweiten Backpapier belegen, mit dem Wallholz
<b>50 g getrocknete Cranberrys</b>	1 cm dick auswallen. Oberes Backpapier entfernen, restliche Baumnüsse dar- überstreuen, leicht andrücken, in Rau- ten (3 x 5 cm) schneiden, mit dem
<b>120 g Haferflocken</b>	Backpapier auf ein Backblech ziehen.
<b>50 g Zitronensaft</b>	
<b>30 g Rapsöl</b>	
<b>1 TL Zimt</b>	
<b>1 Prise Salz</b>	

Guetzli 8 Minuten (200 °C) in der Mitte des Ofens backen. Heraus- nehmen, mit dem Backblech auf ein Kuchengitter stellen, auskühlen lassen.

Stück: 69 kcal (287 kJ) = F 3 g, Kh 8 g, E 1 g

*Yum!*

SIE FRAGEN, WIR ANTWORTEN!

«Es kommt vor, dass die Waage meines Thermomix® springt. An was liegt das?»

Die Waage Ihres Thermomix® ist sehr sensibel. Achten Sie immer darauf, dass Ihr Gerät frei auf einer stabilen, flachen Unterlage steht und das Kabel ganz locker zum Gehäuse führt. Sind die Standfüsschen sauber? Wenn nicht, befreien Sie sie vorsichtig mit einem feuchten Tuch, und stellen Sie sicher, dass die Füsschen gleichmässig Kontakt zur Arbeitsfläche haben. Wenn die Anzeige dann immer noch springt, den Thermomix® ausschalten, ausstecken, eine Minute warten und wieder einschalten. In den meisten Fällen funktioniert die Waage dann wieder einwandfrei.



Sofie, Rezeptredaktorin



## LIFE HACK N°5

Jetzt ist die richtige Zeit, das Gefrierfach abzutauen und den Kühlschrank zu reinigen! Warten Sie einen Tag mit tiefen Temperaturen ab, dann können Sie Ihre Lebensmittel bedenkenlos auf dem Balkon oder im Garten zwischenslagern.

## Geschenkidee: Genuss im Abo

Sind Sie bei Familie und Freunden für Ihre hitverdächtige Bouillonpaste aus dem Thermomix® bekannt? Oder für einen ganz speziellen Sirup, eine Gewürzmischung oder einen wunderbaren Brotaufstrich?

Verschenken Sie Ihre Kreationen doch im Jahresabo! So kommt der oder die Glückliche noch lange in den Genuss der selbst gemachten Köstlichkeiten aus Ihrer Küche.



## Dos and Don'ts

### Beim Guetzlen



- Immer frische Eier verwenden**, da beim Guetzlibacken oft Teig probiert wird. Wir nehmen jeweils Grösse M (53+).
- Gut planen**. Teig einen Tag vorher zubereiten und über Nacht kühl stellen. Butterhaltige Teige lassen sich auch bis zu 2 Monate tiefkühlen.
- Gebäck beim Backen im Auge behalten**. Unsere Angaben sind Richtwerte. Jeder Ofen funktioniert anders!



- Alte Gewürze verwenden**. Lieber gleich selber mahlen: z. B. 100 g Zimtstangen **30 Sek./Stufe 10**.
- Immer mit gleicher Backzeit rechnen**. Wird das Blech nicht voll mit Guetzli gefüllt, kann sich die Backzeit verkürzen.
- Guetzli mischen**. Trockene (z. B. Mailänderli) und feuchte Guetzli (z. B. Makrönl) nicht zusammen aufbewahren. Am besten nach Sorten getrennt.



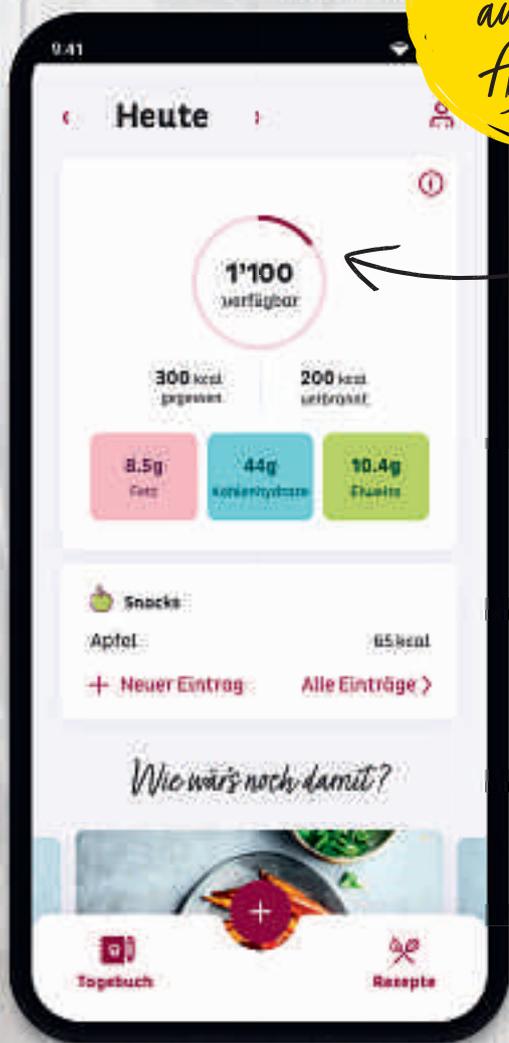
## Trick 77

Wenn sich Ihr Teig nicht direkt vom Mixtopf lösen lässt, stellen Sie eine Schüssel bereit, halten den Mixtopf über Kopf und drehen an der Rückseite des Mixmessers (siehe Bild). Der Teig fällt dann wie von selbst aus dem Mixtopf in die Schüssel.

# Abnehmen mit Genuss!

Erreiche dein Wunschgewicht ohne Verzicht und mit personalisierten Rezeptvorschlägen. Abnehmen war noch nie so einfach und genussvoll.

Jetzt auch für Android!



Einfaches Kalorienzählen!

## Deine Abo-Vorteile

Über **500 Rezepte** von Betty Bossi für deinen schlanken Alltag

Mit dem **Barcode-Scanner** Schweizer Lebensmittel schnell erfassen

Mit **Fitness-Videos** mehr Spass an Bewegung



Zmorge  
374 kcal



Zmittag  
451 kcal



Znacht  
455 kcal

«Betty Bossi hat mir ein neues Lebensgefühl geschenkt. Ich habe 8 Kilo abgenommen, und ich koche jetzt viel abwechslungsreicher.»

Silvia, 43

Das Betty Bossi Abnehmprogramm  
«Gesund abnehmen»

Jetzt downloaden und 7 Tage gratis testen!



Adventszeit ist Apéro-Zeit! Mit diesen drei Top-Dip-Ideen sind Sie bestens dafür vorbereitet.

# Dips

## Forellen-Dip

🔪 10 Min. ⌚ 35 Min. 🍴 einfach 🍷 8 Portionen 📊 119 kcal

½ Bund	<b>Schnittlauch</b> (ca. 5 g), in Stücken (2 cm)	Schnittlauch und Silberzwiebeln in den Mixtopf geben, <b>3 Sek./ Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
50 g	<b>Silberzwiebeln in Essig</b> , abgetropft	
175 g	<b>geräucherte Forellenfilets</b> , in Stücken (4 cm)	Forellenfilets, Frischkäse, Salz und Pfeffer zugeben, <b>30 Sek./ Stufe 6</b> mischen und umfüllen.
125 g	<b>Doppelrahm-Frischkäse mit Meerrettich</b>	Johannisbeerkonfitüre glatt rühren, grob unter den Dip ziehen, zugedeckt 30 Minuten kühl stellen. Dip mit Pumpernickel servieren.
1 Prise	<b>Salz</b>	
2 Prisen	<b>Pfeffer</b>	
40 g	<b>Johannisbeerkonfitüre</b>	
125 g	<b>Pumpernickel in Scheiben</b>	

### Tipps

- Wenig Schnittlauch fein schneiden, darüberstreuen.
- Pumpernickel vor dem Servieren in einer Pfanne rösten, bis sie knusprig sind.

Portion: 119 kcal (498 kJ) = F 5 g, Kh 10 g, E 7 g

# Kürbis-Dip mit Kichererbsen

🔪 20 Min. ⌚ 1 Std. 45 Min. 🍴 einfach 🍷 8 Portionen 📊 206 kcal ✓ vegan 🚫 laktosefrei

## Gewürzsatz

**30 g grobkörniges Meersalz**  
**30 g Kürbiskerne**  
**1 Bio-Orange**, ½ Schale mit dem Sparschäler dünn abgeschält  
**10 g grobkörniger Rohrzucker**  
**2 TL Koriandersamen**  
**1 TL schwarze Pfefferkörner**  
**½ TL Muskat**  
**¼ TL Zimt**

Salz, Kürbiskerne, Orangenschale, Rohrzucker, Koriandersamen, Pfefferkörner, Muskat und Zimt in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren, umfüllen und beiseitestellen.

## Dip

**50 g Mandeln**

Mandeln in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern, umfüllen und beiseitestellen.

**500 g Wasser**  
**500 g Kürbis** (z. B. Muskat oder Butternut), geschält, entkernt, in Stücken (3 cm)

Wasser in den Mixtopf geben. Varoma-Behälter aufsetzen, Kürbis einwiegen, Varoma verschliessen und **25 Min./Varoma/Stufe 2** garen. Varoma absetzen. Wasser abgiessen.

**30 g Olivenöl**

Gegarten Kürbis, zerkleinerte Mandeln, 1 TL Gewürzsatz und Olivenöl in den Mixtopf geben und **1 Min./Stufe 4–9 schrittweise ansteigend** pürieren, Dip umfüllen. Frischhaltefolie direkt auf den Dip legen, auskühlen lassen und 1 Stunde zugedeckt kühl stellen.

## Kichererbsen

**30 g Olivenöl**  
**1 Dose Kichererbsen**, abgespült, abgetropft (Abtropfgewicht 120 g)  
**100 g Grissini** oder Cracker

Olivenöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren. Kichererbsen bei mittlerer Hitze 5 Minuten rührbraten, mit ½ TL Gewürzsatz würzen. Kichererbsen auf dem Dip anrichten, wenig Gewürzsatz darüberstreuen und Grissini dazu servieren.

**Tipp:** Restliches Gewürzsatz zum Würzen von Kürbis, Wurzelgemüse, Kartoffeln und rotem Fleisch verwenden.

**Portion:** 206 kcal (854 kJ) = F 13 g, Kh 16 g, E 6 g





### Say no to Food Waste

Das Brot muss nicht in allen Gläsern dasselbe sein. Sie können zum Dippen auch übrig gebliebenes Brot verwenden (z.B. Toast oder Zopf).

## Caesar-Salad-Dip

🔪 15 Min. ⌚ 45 Min. 🍴 einfach 🍽️ 8 Portionen 📊 197 kcal

<b>60 g Parmesan</b> , in Stücken (2 cm)	Parmesan in den Mixtopf geben und <b>3 Sek./Stufe 8</b> zerkleinern.
<b>1 Knoblauchzehe</b>	Knoblauch zugeben, <b>5 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>3 hart gekochte Eier</b> , geschält, halbiert	Eier, Joghurt, Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer zugeben, <b>10 Sek./Stufe 7</b> pürieren, in 8 Gläser (je 150 ml) umfüllen und 30 Minuten kühl stellen.
<b>180 g Joghurt nature</b>	
<b>20 g Zitronensaft</b>	
<b>20 g Olivenöl</b>	
<b>¼ TL Salz</b>	
<b>2 Prisen Pfeffer</b>	
<b>8 Tranchen Bratspeck</b>	Speck in einer beschichteten Bratpfanne langsam knusprig braten, herausnehmen, auf Haushaltspapier abtropfen.
<b>200 g Brot</b> , in Stängeln	Brotstängel in derselben Pfanne rundum
<b>2 Mini-Lattiche</b> (ca. 200 g), längs gesechstelt	4 Minuten knusprig braten, herausnehmen, mit Speck und Lattich in den Gläsern anrichten.

**Tipp:** Statt Parmesan Sbrinz verwenden.

**Portion:** 197 kcal (823 kJ) = F 11g, Kh 13g, E 10g

SPECIAL:  
WEIHNACHTSMENÜ

# Gemeinsam fei

*Zu Tisch, zu Tisch – das Festessen ist angerichtet!  
Ein Gaumenschmaus, den Sie dank Ihres Thermomix®  
entspannt und ganz ohne Schweissperlen auf der  
Stirn geniessen können.*



Anzeige

## Der passende Champagner

Champagne AOC  
Charles Bertin,  
brut

**Herkunft:** Champagne  
(Frankreich)

**Rebsorte:** Chardonnay, Pinot,  
Meunier

**Charakter:** helles, leuchtendes  
Goldgelb, schönes Bukett von  
Zitrus und Quitten, angenehm  
harmonisch, sehr schöner und  
preiswerter Champagner für jede  
Gelegenheit

**Bezugsquellen:** in grösseren  
Coop Supermärkten und bei  
mondouino.ch

## Unser Tipp

### Suppe vorbereiten

Sie können die Suppe gut ca. ½ Tag im Voraus kochen und pürieren. Anschliessend in einen Topf umfüllen, auskühlen und zugedeckt beiseitestellen. Vor dem Servieren einfach im Topf aufkochen und fertig zubereiten.

ern

## Champagnersuppe

🔪 10 Min. ⌚ 30 Min. 👤 einfach 🍴 4 Portionen 📊 369 kcal 🌱 vegi

### Rahm und Kräuter

- 1 Bund glattblättrige Petersilie (20 g), Blätter abgezupft
- 1 Knoblauchzehe

Petersilie und Knoblauch in den Mixtopf geben, **5 Sek./ Stufe 8** zerkleinern und umfüllen.

- 150 g Vollrahm, kalt

**Rühraufsatz einsetzen.** Vollrahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen. **Rühraufsatz entfernen**, Schlagrahm umfüllen und zugedeckt kühl stellen. Mixtopf spülen und trocknen.

### Suppe

- 100 g Schalotten, halbiert
- 100 g Lauch, in Stücken (3 cm)
- 100 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält, in Stücken (2 cm)

Schalotten, Lauch und Kartoffeln in den Mixtopf geben, **5 Sek./ Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

- 70 g Butter, in Stücken (1 cm)

20 g Butter zugeben und **1 Min./120 °C/Stufe 1** dämpfen.

- 300 g Wasser
- 300 g Champagner oder Prosecco
- 1 Gemüsebouillonwürfel (für 0,5l)
- ¼ TL Salz
- 2 Scheiben Toastbrot

Wasser, Champagner, Gemüsebouillonwürfel und Salz zugeben und **15 Min./100 °C/Stufe 1** garen. Währenddessen 50 g Butter in einer beschichteten Bratpfanne warm werden lassen. Toastbrot-scheiben beidseitig je 2 Minuten braten. Petersilien-Knoblauch-Mischung darauf verteilen, Toasts nochmals wenden, herausnehmen, in 8 Dreiecke schneiden.

Die Hälfte des Schlagrahms zur Suppe im Mixtopf geben, **3 Min./Stufe 4–10 schrittweise ansteigend** pürieren, Suppe mit dem restlichen Schlagrahm anrichten. Toasts dazu servieren.

**Tipp:** Toastbrot-scheiben mit einem Herzausstecher ausstechen.

**Portion:** 369 kcal (1527 kJ) = F 29 g, Kh 15 g, E 4 g



# Rindshuft mit Pommes Duchesse und Sauce maitaise

🔪 35 Min. ⌚ 4 Std. 👤 für Profis 🍴 4 Portionen 📊 954 kcal

## Rindshuft

**800 g Rindshuft**  
(Huftfilet)

Rindshuft ca. 1 Stunde vor dem Zubereiten aus dem Kühlschrank nehmen.

Backofen auf 80 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen, ein Backfengitter darauflegen.

**5 Wacholderbeeren**  
**5 schwarze Pfefferkörner**

Wacholderbeeren, Pfefferkörner und Salz in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Rindshuft mit dem Wacholdersalz würzen, aufs Backfengitter legen, mit dem Blech in die untere Hälfte des Backofens schieben.

**1 TL Salz**

Rindshuft 2–2½ Stunden (80 °C) niedergaren. Die Kerntemperatur des Fleisches soll 55 °C betragen. In dieser Zeit Pommes Duchesse zubereiten.

## Pommes Duchesse

**650 g Wasser**  
**800 g mehlig kochende Kartoffeln**,  
geschält,  
in Stücken (2 cm)

Wasser in den Mixtopf geben. Varoma-Behälter aufsetzen, Kartoffeln einwiegen, Varoma verschliessen und **30–35 Min./Varoma/Stufe 1** weich garen.

Varoma abnehmen, öffnen und Kartoffeln 20 Minuten ausdampfen lassen. Mixtopf leeren.

**30 g Weissmehl**  
**2 Eigelbe**  
**20 g Butter**  
**1 TL Salz**  
**2 Msp. Muskat**  
**4 Prisen Pfeffer**

Gegarte Kartoffeln, Weissmehl, Eigelbe, Butter, Salz, Muskat und Pfeffer in den Mixtopf geben und **25 Sek./Stufe 4** mischen. Kartoffelmasse in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (Ø 12 mm) geben. Ein Backblech mit Backpapier belegen, Kartoffelmasse in ca. 20 Rosetten daraufspritzen.

Sobald die Rindshuft die gewünschte Kerntemperatur erreicht hat, Rindshuft herausnehmen, Backofen auf 220 °C vorheizen.

Pommes Duchesse 25–30 Minuten (220 °C) in der Mitte des Backofens goldbraun backen. In dieser Zeit Sauce maitaise zubereiten.

## Sauce maitaise

**1 Bio-Orange**,  
½ abgeriebene Schale  
**50 g Orangensaft**  
**1 TL Weissweinessig**  
**200 g Butter**,  
in Stücken (3 cm)  
**2 Eier**  
½ TL Salz  
**2 Prisen Pfeffer**  
**1 EL Bratbutter**

Orangenschale, Orangensaft, Weissweinessig, Butter, Eier, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben und **Andicken** 🐦 /80 °C. Währenddessen Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Rindshuft rundum 5 Minuten braten, auf ein Brett legen. Rindshuft quer zur Faser tranchieren, mit der Sauce und den Pommes Duchesse anrichten.

**Dazu passt:** Rosenkohl.

**Portion:** 954 kcal (3960 kJ) = F 64 g, Kh 40 g, E 54 g



### Mit dem TM 5

Sauce ohne Andick-Modus zubereiten:  
**11 Min./80 °C/Stufe 3**  
erwärmen.



*Ein Klassiker zu Weihnachten:*



## Modus im Fokus

### «Andicken»

Ob einfach oder raffiniert, die Sauce ist das i-Tüpfelchen auf jedem Gericht. Technisch gesehen sind Saucen flüssige bis sämig gebundene Beigaben zu warmen und kalten Gerichten, Salaten und Desserts. Die Herausforderung ist neben dem Geschmack vor allem **die perfekte Konsistenz**, denn die ist je nachdem gar nicht so einfach zu erzielen: zu flüssig, zu dick, mit Klümpchen... allerlei kann schiefgehen. Der **Modus «Andicken»** vereinfacht die Zubereitung und garantiert ein perfektes Ergebnis. Vorbei sind die Zeiten der Experimente und der Unsicherheit: Er steuert und regelt die Garzeit automatisch, je nach Menge und Art der Zutaten sowie deren Temperatur. Genial!

Für die perfekte, cremige Textur einer Sauce, ob Vanillesauce oder Sauce hollandaise, sind Stärke oder Eier verantwortlich.

1

#### Stärke als Bindemittel

Zu den stärkehaltigen Bindemitteln gehören Mehle zum Beispiel aus Weizen, Mais, Reis oder Kartoffeln. Bei der herkömmlichen Saucenzubereitung gibt es vor allem zwei Stolpersteine: Verklumpen und Überkochen. Kein Problem für Ihren Thermomix®. Durch das kontrollierte Erhitzen und das konstante Rühren kann nichts überkochen und nichts ansetzen. Das Ergebnis: klümpchenfreie, perfekt andickte Saucen und Desserts.

Gut zu wissen: Zum Andicken mit Stärke müssen Sie die Temperatur auf 100 °C einstellen. Erst dann beginnt die Stärke zu binden.



#### Eier als Bindemittel

Eier werden zum Emulgieren von heißen und kalten Saucen verwendet. Das Ei wirkt dabei als Verbindung von fett- und wasserbasierten Flüssigkeiten, also Komponenten, die sich im Normalfall nicht verbinden.

Gut zu wissen: Zum Andicken von Saucen mit Eiern die Temperatur auf 80 °C einstellen.

2



#### Welche Saucen lassen sich mit dem Modus «Andicken» zubereiten?

- Dickflüssige Saucen wie Béchamel- oder Weisswein-Pilzsauce
- Warme, emulgierte Saucen wie Sauce hollandaise oder béarnaise
- Desserts wie Pudding oder Vanillesauce (siehe Seite 25).

In der **Kollektion «Mmmhh, cremig!» auf Cookidoo®** finden Sie eine Vielzahl an Rezeptideen, bei denen der Modus «Andicken» zum Einsatz kommt. Viel Spass beim Entdecken!

unser Hauptgang mit Fleisch

*Ein Fest für die Sinne: unser vegetarischer Hauptgang*



# Haselnuss-Risotto mit geschmortem Lauch

🕒 30 Min. ⌚ 1 Std. 15 Min. 🍴 einfach 🍴 4 Portionen 📊 942 kcal 🌱 vegi 🚫 laktosefrei

## Lauch

<b>1 EL Olivenöl</b> zum Bestreichen	Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine weite ofenfeste Form (20 × 30 × 6 cm) mit Olivenöl bestreichen, Wasser hineingießen.
<b>100 g Wasser</b>	
<b>800 g Lauch</b> , nur weisser und hellgrüner Teil, in Stücken (8 cm), längs halbiert	Lauch mit der Schnittfläche nach oben in die Gratinform legen, Olivenöl und Vermouth darüberträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen. Form mit Alufolie zudecken.
<b>2 EL Olivenöl</b>	Lauch 30 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens vorgaren. Gratinform herausnehmen, Alufolie sorgfältig entfernen (Achtung Dampf!). Lauch nochmals 30 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens fertig garen.
<b>1 EL trockener weisser Vermouth</b> (z.B. Noilly Prat)	
<b>¾ TL Salz</b>	
<b>2 Prisen Pfeffer</b>	

## Granatapfelsauce

<b>200 g Granatapfelkerne</b>	120 g Granatapfelkerne, Zitronenschale, Olivenöl, Honig und Zitronensaft in den Mixtopf geben, <b>10 Sek./Stufe 6</b> zerkleinern.
<b>1 Bio-Zitrone</b> , ½ abgeriebene Schale	Sauce durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, restliche Granatapfelkerne (80 g) daruntermischen. Mixtopf spülen und trocknen.
<b>70 g Olivenöl</b>	
<b>20 g flüssiger Honig</b>	
<b>20 g Zitronensaft</b>	

## Risotto

<b>100 g Haselnüsse</b>	Haselnüsse und Salbei in den Mixtopf geben, <b>4 Sek./Stufe 7</b> zerkleinern, umfüllen und beiseitestellen.
<b>1 Bund Salbei</b> (ca. 20 g), Blätter abgezupft	
<b>80 g Parmesan</b>	Parmesan in den Mixtopf geben, <b>4 Sek./Stufe 10</b> zerkleinern, umfüllen und beiseitestellen. Mixtopf spülen.
<b>80 g Schalotten</b> , halbiert	Schalotten und Knoblauch in den Mixtopf geben, <b>5 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
<b>2 Knoblauchzehen</b>	
<b>40 g Olivenöl</b>	20 g Olivenöl zugeben und ohne Messbecher <b>3 Min./120 °C/Stufe 1</b> dämpfen.
<b>300 g Risottoreis</b> (Kochzeit 20 Min.)	Risottoreis und die Hälfte der Haselnuss-Salbei-Mischung zugeben und ohne Messbecher <b>2 Min./120 °C/☞/Stufe 1</b> dünsten.
<b>100 g trockener weisser Vermouth</b> (z. B. Noilly Prat)	Vermouth zugeben und ohne Messbecher <b>2 Min./120 °C/☞/Stufe 1</b> ablöschen.
<b>800 g Wasser</b>	Wasser und Gemüsebouillonwürfel zugeben, mit dem Spatel einmal über den Mixtopfboden rühren, um den Reis zu lösen. Risotto <b>15 Min./100 °C/☞/Stufe 1.5</b> garen. Parmesan mit dem Spatel daruntermischen.
<b>2 Gemüsebouillonwürfel</b> (für je 0,5 l)	20 g Olivenöl in einer Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze etwas reduzieren. Restliche Haselnuss-Salbei-Mischung begeben, rösten, herausnehmen. Risotto mit dem Lauch anrichten, Sauce und Haselnuss-Salbei-Mischung darauf verteilen.

Portion: 942 kcal (3911 kJ) = F 56 g, Kh 84 g, E 22 g

# Chai-Crème-brûlée

🔪 35 Min. ⌚ 3 Std. 45 Min. 🍳 einfach 🍴 4 Portionen 📊 472 kcal 🌿 glutenfrei

## Crème

<b>200 g Vollrahm</b>	Ofen auf 160 °C vorheizen.
<b>2 Beutel Chai-Tee, nur Inhalt</b>	200 g Vollrahm und Chai-Tee in den Mixtopf geben und <b>7 Min./50 °C/Stufe 2</b> erwärmen.
<b>200 g Milch</b>	Milch, Honig und Eigelbe zugeben und <b>8 Min./70 °C/Stufe 3</b> verrühren. Masse durch ein Sieb in einen Messbecher giessen.
<b>50 g Honig</b>	
<b>4 frische Eigelbe</b>	
<b>1,2l Wasser</b>	Der Boden einer weiten ofenfesten Form (z. B. Gratinform, 30 × 20 × 5 cm) mit Haushaltspapier belegen, 4 ofenfeste Förmchen (je 150 ml) dar-aufstellen. Masse in die Förmchen giessen, ein-zeln mit Alufolie zudecken. Wasser aufkochen, bis auf ½ Höhe der Förmchen in die Form füllen.

Crème 40 Minuten (160 °C) in der unteren Hälfte des Backofens garen. In dieser Zeit Mixtopf spülen und trocknen. Crème aus dem Backofen nehmen, Förmchen 10 Minuten im Wasserbad stehen lassen. Förmchen aus dem Wasser nehmen, Folien von den Förmchen lösen, auskühlen lassen (40 Minuten). Zugedeckt mindestens 2 Stunden kühl stellen.

## Caramel-Cracker

<b>40 g harte Caramel-Bonbons</b>	Backofen auf 160 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
<b>10 g weisser Sesam</b>	Caramels und 5 g des weissen Sesams in den trockenen Mixtopf geben und <b>10 Sek./Stufe 10</b> pulverisieren.
<b>2 rosa Grapefruits, geschält, filetiert</b>	10 g des Caramelpulvers mit den Grapefruit-filets, Orangenfilets und Mandarinenscheiben mischen, bis zum Servieren zugedeckt kühl stellen. 2 TL Caramelpulver auf das vorbereitete Backblech geben, zu einer Rondelle ausstreichen (Ø 5 cm). Mit restlichem Caramelpulver gleich verfahren. Schwarzen Sesam und restlichen weissen Sesam (5 g) darüberstreuen.
<b>2 Orangen, geschält, filetiert</b>	
<b>2 Mandarinen, geschält, in Scheiben</b>	
<b>5 g schwarzer Sesam</b>	

Caramel 6 Minuten (160 °C) in der Mitte des Backofens backen, bis der Caramel geschmolzen ist. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen, mit dem Backpapier auf ein Kuchengitter ziehen und auskühlen lassen.

## Caramelisieren

<b>2 EL Zucker</b>	Zucker auf der Crème verteilen, mit der Flamme des <u>Bunsenbrenners</u> caramelisieren und mit dem Zitrusalat und den Caramel-Crackern verzieren.
--------------------	--

Portion: 472 kcal (1964 kJ) = F 29 g, Kh 43 g, E 9 g

Kein Bunsenbrenner im Haus?

Betty Bossi hat einen im Angebot. Infos auf S. 25!



# White Christmas

*Dieses Jahr sorgen wir selber für weisse Weihnachten, mindestens auf dem Dessertbuffet. Wie das geht? Wir zeigen Ihnen. Blättern Sie um, und tauchen Sie ein in unser süsses Winterwunderland.*



*Nett verpackt, sind  
Guetzli immer auch ein  
tolles Mitbringsel!*

# Weisse Schokolade-Kokos-Guetzli

45 Min. 3 Std. 30 Min. einfach 40 Stück 71 kcal

<b>100 g weisse Schokolade</b>	Schokolade in den Mixtopf geben, <b>2 Sek./Stufe 7</b> zerkleinern, umfüllen und beiseitestellen.
<b>125 g Zucker</b> <b>50 g Butter</b> <b>2 Eier</b> <b>1 Vanillestängel</b> , längs aufgeschnitten, nur ausgekratzte Samen	Zucker, Butter, Eier, Vanille und Salz zugeben und <b>20 Sek./Stufe 4</b> mischen.
<b>1 Prise Salz</b>	
<b>160 g Weissmehl</b> <b>70 g Kokosraspel</b> <b>1 TL Backpulver</b>	Weissmehl, Kokosraspel, Backpulver und zerkleinerte Schokolade zugeben und <b>20 Sek./Stufe 4</b> mischen.  Teig halbieren, zu zwei 20 cm langen Rollen formen und in Frischhaltefolie eingepackt 2 Stunden kühl stellen.
<b>60 g Puderzucker</b>	Backofen auf 140 °C vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen.  Teigrollen längs halbieren, quer in je 10 gleich grosse Stücke schneiden. Teigstücke zu 3 cm langen Schiffchen formen, im <u>Puderzucker</u> wenden und auf die vorbereiteten Bleche legen.

Schokolade-Kokos-Guetzli pro Blech 25 Minuten (140 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Guetzli gleich servieren oder 4 Stunden bei Raumtemperatur trocknen lassen und gut verschlossen in einer Vorratsdose aufbewahren.

**Stück:** 71 kcal (298 kJ) = F 3 g, Kh 9 g, E 1 g



**Vanillestängel** sind die fermentierten Samengefässe einer speziellen Kletterorchidee. Verkauft werden sie in der Regel in fest verschliessbaren Glasröhrchen. Die ausgekratzen Schoten jeweils nicht wegwerfen! Sie können noch für selbst gemachten Vanillezucker verwendet werden.



## DIY-Puderzucker

Nicht vergessen: Puderzucker können Sie auch selber machen: Kristallzucker in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 10** pulverisieren. Fertig!



# Vanille-Zitronen-Sterne

🔪 45 Min. ⌚ 7 Std. 🍳 einfach 🍰 ca. 36 Stück 📊 80 kcal 🌾 glutenfrei 🚫 laktosefrei

## Teig

**350 g Mandeln**

Ein Backblech mit Backpapier belegen.

**70 g Zucker** und etwas mehr zum Ausstechen

Mandeln, Zucker, Vanillestängel und Zitronenschale in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern, umfüllen und beiseitestellen. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.

**1 Vanillestängel**, halbiert

**1 Bio-Zitrone**, Schale mit dem Sparschäler dünn abgeschält

**2 frische Eiweisse**

**Rühraufsatz einsetzen.** Eiweisse in den fettfreien Mixtopf geben und ohne Messbecher **3 Min./Stufe 3** steif schlagen. Eischnee ohne Messbecher **45 Sek./Stufe 3.5** weiterschlagen, dabei beiseitegestellte Mandel-Zucker-Mischung durch die Öffnung im Mixtopfdeckel nach und nach zugeben. **Rühraufsatz entfernen.**

Teig portionenweise zwischen zwei Backpapieren 1 cm dick auswallen und mit einem Sternen-Ausstecher (Ø 5 cm) Sterne ausstechen. Den Ausstecher dabei immer wieder in Zucker tauchen, damit der Teig nicht kleben bleibt. Sterne auf das vorbereitete Backblech legen und bei Raumtemperatur 6 Stunden oder über Nacht trocknen lassen.

Backofen auf 220 °C vorheizen. Vanille-Zitronen-Sterne 3–5 Minuten (220 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen, bis die Spitzen goldbraun sind. Herausnehmen, mit dem Backpapier auf ein Kuchengitter ziehen, auskühlen lassen. In dieser Zeit Glasur zubereiten.

## Glasur

**120 g Zucker**

Zucker in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren und mit dem Spatel nach unten schieben.

**2 EL Zitronensaft**

Zitronensaft zugeben, **10 Sek./Stufe 3** verrühren. Glasur mit einem kleinen Löffel auf den Vanille-Zitronen-Sternen verteilen, trocknen lassen.

**Stück:** 80 kcal (333 kJ) = F 5 g, Kh 6 g, E 3 g



# Weisse Mocca-Mousse

🔪 25 Min. 🕒 11 Std. 40 Min. 🍄 mittel 🍰 4 Portionen 📊 632 kcal 🌾 glutenfrei

## Mocca-Rahm

**50 g Kaffeebohnen** Kaffeebohnen und Vollrahm in den Mixtopf geben, **4 Min./98 °C/Stufe 2** aufkochen, in eine Schüssel umfüllen, auskühlen lassen. Mocca-Rahm zugedeckt mindestens 8 Stunden oder über Nacht kühl stellen. In dieser Zeit Verzierung zubereiten.

**400 g Vollrahm (UHT)**

## Verzierung

**80 g weiße Schokolade**, in Stücken (3 cm) Schokolade in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

**1 TL Puderzucker** (optional) Ein Backblech mit Backpapier belegen. Schokolade **5 Min./45 °C/Stufe 1** schmelzen und in einen kleinen Einweg-Spritzsack umfüllen. Vom Spritzsack eine kleine Ecke abschneiden, Sterne oder Gitter auf das vorbereitete Backblech spritzen. Schokolade bei Raumtemperatur fest werden lassen (mindestens 3 Stunden) und nach Belieben mit Puderzucker bestäuben.

## Mousse

Gareinsatz einsetzen, Mocca-Rahm hineingiessen, dabei Rahm im Mixtopf auffangen. Kaffeebohnen gut abtropfen. Gareinsatz mit den Kaffeebohnen entfernen. **Rühraufsatz einsetzen**. Rahm ohne Messbecher unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** flaumig schlagen. **Rühraufsatz entfernen**. Flaumig geschlagenen Rahm in eine Schüssel umfüllen und kühl stellen. Mixtopf spülen.

**3 Blatt Gelatine**, 5 Min. in kaltem Wasser eingelegt Gelatine abtropfen, mit dem Wasser in den Mixtopf geben und **3 Min./70 °C/Stufe 2** auflösen.

**30 g Wasser**

**100 g Zucker** Zuerst Zucker und dann Eigelbe zugeben, ohne Messbecher **5 Min./50 °C/Stufe 3.5** mischen, in eine Schüssel umfüllen und beiseitestellen. Mixtopf und Mixtopfdeckel gründlich spülen und trocknen.

**4 frische Eigelbe**

**4 frische Eiweisse** **Rühraufsatz einsetzen**. Eiweisse und Salz in den fettfreien Mixtopf geben und ohne Messbecher **2 Min. 30 Sek./Stufe 3.5** steif schlagen. **Rühraufsatz entfernen**.  $\frac{1}{2}$  des Schlagrahms unter die Eigelbmasse rühren, Rest mit dem Eischnee lagenweise auf die Masse geben, mit dem Spatel sorgfältig unterheben. Mousse in Gläsern (je 150–180 ml) anrichten, zugedeckt mindestens 3 Stunden kühl stellen. Mit den Schokoladesternen oder -gittern verzieren.

**1 Prise Salz**

Portion: 632 kcal (2619 kJ) = F 47 g, Kh 41 g, E 11 g



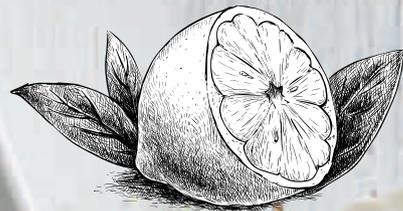
# Limetten-Tiramisu

🔪 25 Min. ⌚ 5 Std. 30 Min. 👤 einfach 🍰 6 Portionen 📊 594 kcal

<b>110 g Zucker</b>	40 g Zucker und Limettenschale in den Mixtopf geben, <b>10 Sek./Stufe 10</b> pulverisieren und umfüllen. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.
<b>2 Bio-Limetten,</b> Schale mit dem Sparschäler dünn abgeschält	
<b>4 frische Eiweisse</b> <b>1 Prise Salz</b>	<b>Rühraufsatz einsetzen.</b> Eiweisse, 70 g Zucker und Salz in den fettfreien Mixtopf geben und ohne Messbecher <b>3 Min./Stufe 4</b> steif schlagen. <b>Rühraufsatz entfernen.</b> Eischnee umfüllen.
<b>500 g Mascarpone</b> <b>120 g Limettensaft</b>	Mascarpone, 20 g Limettensaft und 30 g des Limettenzuckers in den Mixtopf geben, <b>20 Sek./Stufe 4</b> mischen, in eine Schüssel umfüllen, Eischnee mit dem Spatel unterheben.
<b>200 g Löffelbiskuits</b>	Die Hälfte der Löffelbiskuits mit der gezuckerten Seite nach unten auf den Boden einer weiten Form (20 × 25 × 5 cm) legen. Die Hälfte des restlichen Limettensafts (50 g) darüberträufeln. Die Hälfte der Mascarponecreme auf den Löffelbiskuits verteilen, restliche Löffelbiskuits mit der gezuckerten Seite nach unten darauflegen. Restlichen Limettensaft darüberträufeln und die restliche Mascarponecreme darauf verteilen. Tiramisu zugedeckt mindestens 5 Stunden kühl stellen. Restlichen Limettenzucker über das Tiramisu streuen.

**Portion:** 594 kcal (2469 kJ) = F 42 g, Kh 44 g, E 10 g

Statt **Limetten** können Sie auch andere Zitrusfrüchte wie Zitronen, Clementinen oder Orangen verwenden. Bei den Varianten mit Clementinen und Orangen die Zuckermenge im Eischnee um 20 g reduzieren.



## \* So geht's

### Paulova formen und trocknen

Für die Zubereitung der Pavlova sollten Sie immer **frische Eiweisse** verwenden. Sobald der Eischnee feinporig, glänzend und sehr steif ist, mit einem Löffel in **10 Häufchen kranzförmig dicht nebeneinander** auf das vorbereitete Backblech geben. Anschliessend nach Belieben mit einer Gabel Spitzchen formen und im Backofen trocknen lassen. Übrigens: Pavlovas gelingen im Winter besonderes gut dank der geringen Luftfeuchtigkeit. Achten Sie generell darauf, dass das **Umfeld nicht zu feucht** ist. Pavlova immer möglichst frisch zubereiten und niemals in den Kühlschrank stellen, die Meringue würde sonst weich werden.



# Paulova-Kranz

🔪 15 Min. ⌚ 1 Std. 45 Min. 🍴 einfach 🍰 4 Portionen 📊 307 kcal 🌾 glutenfrei

Was tun mit übrig  
gebliebenen Eigelben?  
Tipps auf Seite 30!

## Paulova

**4 frische Eiweisse**  
**1 Prise Salz**  
**200 g Zucker**  
**1 TL Zitronensaft**

Backofen auf 150 °C vorheizen, ein Backblech mit Backpapier belegen.

**Rühraufsatz einsetzen.** Eiweisse und Salz in den fettfreien Mixtopf geben und ohne Messbecher **4 Min./Stufe 3** steif schlagen. Eischnee ohne Messbecher **1 Min./Stufe 3.5** weiterschlagen, dabei den Zucker und den Zitronensaft durch die Öffnung im Mixtopfdeckel nach und nach zugeben. **Rühraufsatz entfernen.** Eischnee kranzförmig in 10 Häufchen dicht nebeneinander auf das vorbereitete Backblech setzen, nach Belieben mit einer Gabel Spitzchen formen.\*

Paulova 10 Minuten (150 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen. Hitze auf 120 °C reduzieren, Paulova 50 Minuten fertig backen. Paulova im ausgeschalteten, geöffneten Backofen auskühlen lassen (30 Minuten). In dieser Zeit Sauce zubereiten.

## Sauce

**100 g Mandarinsaft**  
**1 TL Maisstärke**

Mandarinsaft und Maisstärke in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 3** mischen.

**2 Passionsfrüchte**,  
halbiert, Frucht-  
fleisch herausgelöst

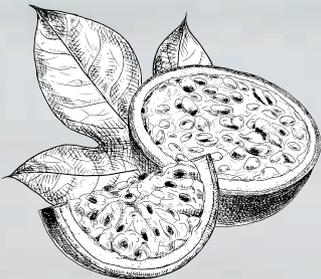
Passionsfruchtfleisch und Mandarinstücke zugeben und **6 Min./100 °C/Stufe 2** aufkochen. Passionsfruchtsauce umfüllen, auskühlen lassen.

**1 Mandarine**,  
geschält, in Stücken  
(3 cm)

**100 g saurer Halbrahm**  
**1 Mandarine**,  
geschält,  
in Schnitzen

Paulova-Kranz mit dem Backpapier auf eine Platte ziehen, eventuell Backpapier sorgfältig ablösen, sauren Halbrahm, Sauce und Mandarinschnitze darauf verteilen.

**Portion:** 307 kcal (1298 kJ) = F 4 g, Kh 60 g, E 5 g



Die **Passionsfrucht** hat von Oktober bis Februar Saison. Wer sie frisch-säuerlich mag, greift beim Einkauf zu den Früchten mit der glatten, prallen Schale. Diejenigen mit der schrumpeligen Haut schmecken süsser. Als typische Tropenfrucht mag sie keine Kälte. Bewahren Sie die Frucht daher bei Raumtemperatur auf.



# Apfel-Gewürzsirup

🔪 20 Min. ⌚ 1 Std. 🍴 einfach 🍷 7½ dl 📊 290 kcal

✓ vegan ✖️ glutenfrei ✖️ laktosefrei

<b>300 g</b> Äpfel, in Stücken (3 cm)	Äpfel und 500 g Wasser in den Mixtopf geben, <b>5 Sek./Stufe 5</b> zerkleinern und <b>10 Min./98 °C/Stufe 1</b> garen.
<b>500 g</b> Wasser	
<b>500 g</b> Zucker	Zucker, Zitronensaft, Zimt, Sternanis, Nelken, Kardamom und Lorbeerblatt zugeben und <b>20 Min./100 °C/Stufe 1</b> kochen. Währenddessen
<b>30 g</b> Zitronensaft	8 dl Wasser in einem Topf aufkochen, bis zum Rand in 3 saubere Einmachflaschen (je 250 ml)
<b>2</b> Zimtstangen, halbiert	giessen. Flaschen leeren, sobald der Sirup fertig ist.
<b>2</b> Sternanis	
<b>2</b> Nelken	
<b>4</b> Kardamomkapseln, Samen ausgelöst	
<b>1</b> Lorbeerblatt	
<b>8 dl</b> Wasser	

Sirup siedend heiss durch ein Sieb und einen Trichter bis knapp unter den Rand in die vorbereiteten Flaschen füllen, sofort verschliessen und auf einer gut isolierenden Unterlage auskühlen lassen.

**Tipp:** Sirup mit Wasser und einem Spritzer Zitronensaft verdünnt kalt oder warm servieren oder für Prosecco-Cocktails verwenden.

**Haltbarkeit:** gut verschlossen, kühl und dunkel ca. 2 Monate. Einmal geöffnet, Sirup im Kühlschrank aufbewahren und rasch konsumieren.

1 dl: 290 kcal (1231 kJ) = F 0 g, Kh 72 g, E 0 g



Thermomix® TM6



Informationen zu den Rezepten

Alle Rezepte im Magazin sind, sofern nicht anders angegeben, ohne Einschränkung sowohl mit dem TM5 als auch mit dem TM6 machbar. Die Rezepte sind nicht für Vorgängermodelle konzipiert. Ihre Umsetzung mit einem älteren Gerät liegt in der Verantwortung der Anwenderin / des Anwenders.

**Zutaten in Gramm:** Hier ist immer das **Nettogewicht** gemeint (z. B. geschälte Kartoffeln). Bei den Eiern gehen wir von der Grösse M aus.

**Flüssige Zutaten:** Werden in Gramm angegeben, nicht in Dezilitern, da die Waage des Thermomix® Gramm anzeigt.

**Löffelmasse:** Alle in den Rezepten aufgeführten Löffelmasse entsprechen den Massen des Betty Bossi Messlöffels bzw. den Standardmassen (1 EL = 15 ml / 1 TL = 5 ml). Wir gehen jeweils von gestrichenen Löffeln aus.

**Backofen:** Die Angaben beziehen sich auf Ober-/Unterhitze. Backen mit Heissluft: Temperatur um ca. 20 Grad reduzieren. Die Backzeit bleibt gleich. Beachten Sie die Hinweise des Backofenherstellers.

Symbole

- 🕒 **Arbeitszeit:** Zeit, bei der man selbst aktiv an der Zubereitung mitwirkt
- 🕒 **Gesamtzeit:** insgesamt erforderliche Zeit für die Zubereitung bis zum Servieren (inklusive Backen und Kühlen)
- 👤 **Schwierigkeitsgrad:** einfach, mittel, für Profis
- 🍴 **Portionen:** Anzahl Portionen oder Stücke pro Rezept
- 📊 **Nährwerte:** Kalorien pro Portion oder pro Stück. Die detaillierten Nährwerte sind jeweils am Ende des Rezepts aufgeführt
- 🔄 **Linkslauf:** Muss jedes Mal neu eingegeben werden (ausser bei Guided Cooking)
- 🌀 **Rührmodus**
- 🌀 **Knetmodus**
- 🌱 **Vegi:** weder Fleisch- oder Fischprodukte noch Gelatine enthalten
- ✔️ **Vegan:** keine tierischen Produkte enthalten
- 🚫 **Glutenfrei:** enthält kein Gluten
- 🚫 **Laktosefrei:** enthält keine Laktose

Das nächste Heft erscheint am  
6. Januar



# Neue Rezepte!

Freuen Sie sich auf unsere neusten Kreationen, unter anderem zu diesen Themen:

## Vegan durch den Tag

Wir wagen einen Blick über den Tellerrand und kochen mit pflanzlichen Zutaten. So yummy!



## Rice, rice, Baby!

Kleine Körner, grosser Genuss: Probieren Sie unsere neusten Reisgerichte aus aller Welt.



## Süsse Pistensnacks

Für das kleine Hungerchen beim Wandern, Skifahren oder Toben im Schnee.

