

Betty Bossi

mix

Das Schweizer Magazin für THERMOMIX®



Frühling 2018
CHF 11.-
bettybossi.ch/mix

Frühlingsmenü

Das Beste für Ihre Gäste:
stilvolle Gerichte mit Wow-Effekt

Rezept
auf Seite 41



OSTERBRUNCH

Frische Ideen für Ihr Osterbuffet

PIKANTE WÄHEN



Herzhafte Schweizer Kreationen

Das Wichtigste in Kürze

DAS GERÄT

Alle Rezepte wurden exklusiv für den **Thermomix® TM5** entwickelt. Wer ein Vorgängermodell besitzt, sollte besonders die Abweichungen bei den Füllmengen beachten.

DIE SYMBOLE

-  **Arbeitszeit:** Zeit, bei der man selbst aktiv an der Zubereitung mitwirkt
-  **Gesamtzeit:** Insgesamt erforderliche Zeit für die Zubereitung bis zum Servieren (inkl. 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.
-  **Vegi:** Für Vegetarier geeignet. Gericht, das weder Fleisch noch Fisch noch Gelatine enthält.
-  **Linkslauf:** Muss bei jeder Angabe neu eingegeben werden.
-  **Rührmodus**
-  **Knetmodus**

WEITERE ANGABEN

Zutaten: Bei den in Gramm angegebenen Zutaten ist immer das Nettogewicht gemeint, also zum Beispiel *geschälte* Kartoffeln. Bei den Eiern gehen wir von der Grösse M aus.

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

Backofen: Die Angaben beziehen sich immer auf Ober-/Unterhitze. Backen mit Heissluft: Temperatur um ca. 20 Grad reduzieren. Backzeit bleibt gleich.





Lisa
Marketing-Spezialistin

Sofie
Rezeptredaktorin

Laura
Rezeptredaktorin

Frühling in der Luft

Ein Besuch in unserer Thermomix®-Testküche lohnt sich immer! Das weiss auch Lisa aus dem Marketing-Team. Heute kommt sie gerade richtig zum Desserttesten.

Liebe Leserinnen und Leser

Vorfreude ist wirklich die schönste Freude! Und gerade in dieser Jahreszeit gibt es so viel, worauf man sich freuen kann: Die Natur erwacht aus dem Winterschlaf, die Temperaturen steigen wieder, alles blüht, und dann steht da noch das erste grosse Fest des Jahres vor der Tür: Ostern!

Der Einzug des Frühlings sorgt auch in unserer Testküche für beste Laune. Endlich wird die Gemüse- und Früchtepalette wieder breiter, und frische, regionale Spargeln, Rhabarber und Erdbeeren sind wieder zu haben. Mit diesen köstlichen Zutaten in petto und dem Thermomix® an der Seite ist das Rezepteaustüfteln für uns pures Kochvergnügen. Das Ergebnis unserer Arbeit halten Sie nun in Ihren Händen: die besten Frühlingserichte ganz nach Betty Bossi Art, alle exklusiv für Ihre Lieblings-Küchenmaschine geschrieben.

Viel Freude und gutes Frühlingserwachen wünscht Ihnen

Betty Bossi

Inhaltsverzeichnis

6 Osterbrunch



21 Für jeden Tag



31 Wähen & Quiches



36 Gesund und schlank



40 Herzlich eingeladen



50 Süss im Frühling



- 2 Das Wichtigste in Kürze
- 3 Editorial
- 6 **Osterbrunch**
- 18 News
- 21 **Für jeden Tag**
- 31 **Wähen & Quiches**
- 36 **Gesund & schlank**
- 40 **Herzlich eingeladen**
- 50 **Süss im Frühling**
- 62 **Genuss verschenken**
- 67 Express-Dessert
- 68 Dream-Team
- 71 Schwiizer Chuchi
- 72 Tipps & Tricks
- 74 **Hochprozentiges**

IMPRESSUM

© Betty Bossi AG

Bürglistrasse 29, Postfach, 8021 Zürich

Kunden-Service: +41 (0) 44 209 19 29
(CH-Festnetzтарif), Mo-Fr, 8.00-17.00 Uhr

Koch- und Ernährungs-Service: +41 (0) 44 209 18 33
(CH-Festnetzтарif), Mo-Fr, 8.00-12.00 Uhr

Leitende Rezeptredaktorin: Claudia Boutellier

Leiterin Produktion: Sarah Oeschger

Das Betty Bossi mix erscheint 4-mal jährlich auf chlorfreiem
Papier. ISSN 2571-6557

Jahresabonnement:

Schweiz CHF 39.90, Ausland CHF 48.-

Einzelausgabe: Schweiz CHF 11.-

Foodfotografie: Marco Zaugg, Patrick Zemp, Sylvan Müller,
Peter Derron

Styling: Monika Hansen, Katja Rey, Natascha Sanwald

Die nächste Ausgabe erscheint am 7. Juni 2018

62 Genuss verschenken



74 Hochprozentiges





Osterbrunch

Das lange Osterwochenende ist die perfekte Gelegenheit, wieder einmal ausgiebig zu brunchen. Trommeln Sie Familie und Freunde zusammen! Die besten Rezepte für ein hitverdächtiges Osterbuffet haben wir schon mal für Sie zusammengetragen.

Mohn-Mayonnaise

250 g Rapsöl

1 frisches Ei

1 TL Zitronensaft

2 TL Senf

½ TL Salz

2 Prisen Pfeffer

1 TL Mohnsamen

1 — Einen Messbecher auf den Mixtopf stellen, Rapsöl einwiegen und beiseite stellen.

2 — Ei, Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Mohn in den Mixtopf geben, **3 Min./Stufe 4** emulgieren, währenddessen das Rapsöl langsam auf den Mixtopfdeckel geben und in einem dünnen Strahl am Messbecher vorbei auf das laufende Messer träufeln lassen. Mayonnaise in eine Schüssel umfüllen.

Tipp: Mayonnaise für gefüllte Eier (Seite 8) verwenden.

Haltbarkeit: zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Tage.

Portion: 588 kcal (2422 kJ) =
F 64 g, Kh 0 g, E 2 g



5 Min.



5 Min.



einfach



4 Port.



588 kcal

Zweierlei Sonntagszöpfl

300 g Milch und etwas mehr zum Bestreichen
80 g Butter , in Stücken, weich
½ Würfel Hefe (ca. 20 g), zerbröckelt
1 TL Zucker
500 g Zopfmehl oder Weismehl
2 TL Salz
25 g Wasser
5 g Natron
1 TL Meersalz

1 — Milch, Butter, Hefe und Zucker in den Mixtopf geben und **3 Min./37°C/Stufe 2** erwärmen.

2 — Mehl und 1½ TL Salz zugeben, **3 Min./¼** kneten, in eine Schüssel umfüllen, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen.

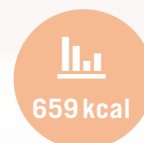
3 — Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig achteln, zu je ca. 30 cm langen Strängen formen, die an den Enden dünner werden. Vier Zöpfl aus je zwei Strängen flechten und auf das vorbereitete Backblech legen. Zöpfl zugedeckt bei Raumtemperatur nochmals ca. 20 Minuten aufgehen lassen.

4 — Backofen auf 200 °C vorheizen.

5 — Wasser, Natron und ½ TL Salz in den Mixtopf geben, **1 Min. 30 Sek./100°C/Stufe 2** verrühren. 2 Zöpfl damit bestreichen, Meersalz darüberstreuen. Die beiden anderen Zöpfl mit Milch bestreichen.

6 — Zöpfl ca. 25 Minuten (200 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen. Die Zöpfl sind fertig gebacken, wenn es hohl tönt, wenn man auf die Unterseite klopft. Zöpfl herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Stück: 659 kcal (2772 kJ) = F 23 g, Kh 94 g, E 18 g



Für einen extra Aromakick mischen Sie frisch geschnittene Kräuter (z. B. Dill oder Pfefferminze) unter die Mayonnaise.

Tipp: Essbare Blüten darüberstreuen.



Gefüllte Eier

500 g Wasser
8 Eier

500 g Cassisssaft

15 g Senf

60 g Mayonnaise

¾ TL Salz

1 Prise Pfeffer

1 EL Schnittlauch,
fein geschnitten

1 — Wasser in den Mixtopf geben. Gareinsatz einsetzen, Eier in den Gareinsatz geben und **18 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Gareinsatz mithilfe des Spatels herausnehmen. Eier unter laufendem, kaltem Wasser abkühlen und schälen.

2 — Cassisssaft und die geschälten Eier in eine Pfanne geben, aufkochen, von der Platte nehmen, auskühlen und mindestens 8 Stunden oder über Nacht zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

3 — Eier aus dem Saft nehmen, halbieren, Eigelbe sorgfältig herauslösen, in eine kleine Schüssel geben. Eigelbe mit einer Gabel zerdrücken, Senf, Mayonnaise, Salz und Pfeffer daruntermischen. Masse in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 10 mm Ø) geben. Eimasse in die Eihälften spritzen. Gefüllte Eier auf einer Platte anrichten, mit Schnittlauch garnieren.

Portion: 278 kcal (1149 kJ) =
F 25 g, Kh 1 g, E 13 g



10 Min.



25 Min.



mittel



4 Port.



278 kcal



vegi

Speckrüebli-Brötli

270 g **Bundrüebli mit wenig Grün**

175 g **Wasser** und etwas mehr zum Bestreichen

¼ **Würfel Hefe** (ca. 10 g)

300 g **Mehl**

15 g **Zucker**

¾ **TL Salz**

1 **TL Butter** zum Einfetten

4 **Tranchen Bratspeck** (ca. 50 g)

1 — 70 g Bundrüebli in den Mixtopf geben, **8 Sek./Stufe 6** zerkleinern, umfüllen.

2 — Wasser und Hefe in den Mixtopf geben und **2 Min./37 °C/ Stufe 1** erwärmen. Mehl, Zucker, Salz und zerkleinerte Rüebli zugeben und **2 Min. 30 Sek.** zu einem weichen Teig verarbeiten.

3 — Teig in eine grosse Schüssel geben, zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Stunde aufs Doppelte aufgehen lassen. Teig in 4 Portionen teilen, zu 4 Kugeln formen.

4 — Backofen auf 240 °C vorheizen. 4 Gläser (je ca. 2 dl) einfetten. Teigkugeln in die Gläser füllen, zugedeckt nochmals ca. 30 Minuten aufgehen lassen.

5 — 4 Bundrüebli mit Specktranchen umwickeln, Rüebli grün mit Alufolie umwickeln. Mit einem Kellenstiel ein Loch in den Teig drücken. Speckrüebli gut in die Vertiefung drücken. Teig mit wenig Wasser bestreichen und ca. 10 Minuten (240 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen. Temperatur des Backofens auf 180 °C reduzieren und ca. 20 Minuten fertig backen. Herausnehmen, auf einem Gitter etwas abkühlen, lauwarm servieren.

Stück: 348 kcal (1471 kJ) =
F 6 g, Kh 61 g, E 11 g



20 Min.



1 Std.
50 Min.



mittel



4 Stück



348 kcal



Lachs-Frischkäse-Aufstrich

60 g Rüebli, geschält,
in Stücken (3 cm)

1 Bio-Zitrone,
wenig dünn abgeschälte
Schale, ½ EL Saft,
Saft beiseite gestellt

100 g geräucherter Lachs
in Tranchen

150 g Frischkäse nature
½ EL Holunderblütensirup

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

1 — Rüebl*i* und Zitronenschale
in den Mixtopf geben, **7 Sek./**
Stufe 8 zerkleinern und mit dem
Spatel nach unten schieben.

2 — Lachs zugeben und **6 Sek./**
Stufe 4 zerkleinern.

3 — Frischkäse, Holunderblüten-
sirup, Salz, Pfeffer und beiseite
gestellten Zitronensaft zugeben
und mithilfe des Spatels **5 Sek./**
Stufe 5 verrühren. Lachs-Frisch-
käse-Aufstrich in eine Schüssel
umfüllen.

Portion: 144 kcal (602 kJ) =
F 11 g, Kh 4 g, E 8 g



10 Min.



15 Min.



einfach



4 Port.



144 kcal



Blinis

100 g Milch
 ¾ TL Trockenhefe
 1 Prise Zucker

15 g Butter, weich
 1 frisches Eigelb
 35 g Buchweizenmehl
 oder Ruchmehl
 55 g Weissmehl
 40 g saurer Halbrahm
 ½ TL Salz und 1 Prise

1 frisches Eiweiss

2 EL Bratbutter

1 — Milch, Trockenhefe und Zucker in den Mixtopf geben und **2 Min./37°C/Stufe 2** erwärmen.

2 — Butter, Eigelb, Buchweizenmehl, Weissmehl, sauren Halbrahm und ½ TL Salz zugeben und **2 Min./¼** zu einem Teig kneten. Teig in eine Schüssel umfüllen und zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten aufs Doppelte aufgehen lassen. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.

3 — **Rühraufsatz einsetzen.** Eiweiss und 1 Prise Salz in den fettfreien Mixtopf geben und **4 Min./Stufe 3.5** steif schlagen.

4 — Eischnee mit dem Spatel sorgfältig unter den Teig ziehen.

5 — Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen, Hitze reduzieren. Je ca. 1½ EL Teig portionenweise in die Pfanne geben, zu Blinis von ca. 7 cm Ø formen, beidseitig je ca. 1 Minute braten, warm stellen.

Tipp: Blinis mit Lachs-Frischkäse-Aufstrich, Zimtucker oder Apfelmus servieren.

Portion: 228 kcal (949 kJ) =
 F 15 g, Kh 18 g, E 6 g



30 Min.



1 Std.



einfach



4 Port.



228 kcal



vegi

Brunnenkresse, Kerbel
 oder Dill darüber streuen.



Tipp: Sollte der Smoothie zu wenig süß sein, 1-2 TL Zucker zugeben.

Mango-Smoothie

1 cm Ingwer, geschält, in Scheiben

1 reife Mango, geschält, in Stücken

180 g Joghurt nature

200 g Wasser

20 g Zitronensaft

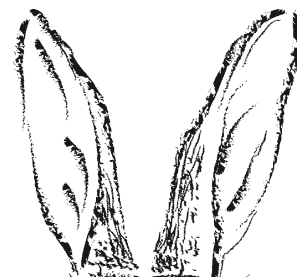
4 Eiswürfel

1 — Ingwer in den Mixtopf geben und **Turbo/2.0 Sek./1-mal** zerkleinern.

2 — Mango, Joghurt, Wasser, Zitronensaft und Eiswürfel zugeben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und **50 Sek./Stufe 8** pürieren, in Gläser füllen.

Tipp: Statt Joghurt 125 g Seidentofu verwenden.

Portion: 73 kcal (276 kJ) =
F 2 g, Kh 12 g, E 2 g



Frittata

30 g Parmesan, in Stücken
(3 cm)

60 g Gruyère, in Stücken
(3 cm)

20 g Kresse

60 g Zwiebeln, halbiert

8 frische Eier

25 g Butter

75 g Schinkenwürfeli

500 g Wasser

1 — Varoma-Einlegeboden mit Backpapier auslegen und darauf achten, dass die Dampfschlitze am oberen Rand frei bleiben und nicht vom Backpapier verdeckt werden.

2 — Parmesan und Gruyère in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 10** zerkleinern.

3 — Kresse und Zwiebeln zugeben, **6 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

4 — Eier und Butter zugeben und **3 Sek./Stufe 4.5** mischen, in eine Schüssel umfüllen.

5 — Die Käse-Ei-Mischung auf das Backpapier im Varoma-Einlegeboden geben, Schinkenwürfeli darüberstreuen und in den Varoma-Behälter einsetzen. Mixtopf spülen.

6 — Wasser in den Mixtopf geben, Varoma aufsetzen, verschliessen und Frittata **25 Min./Varoma/Stufe 1** garen.

7 — Varoma absetzen, Frittata vom Varoma-Einlegeboden heben und vom Backpapier ablösen. Frittata in Stücke schneiden, auf einer Platte anrichten.

Tipp: Statt Schinkenwürfeli 2 EL Petersilie, fein geschnitten, verwenden.

Portion: 317 kcal (1316 kJ) =
F 24 g, Kh 2 g, E 24 g



10 Min.



35 Min.



einfach



4 Port.



317 kcal



Gurken-Hummus

3 Zweiglein Pfefferminze,
Blätter abgezupft

500 g gekochte Kichererbsen aus der Dose,
abgespült, abgetropft

300 g Gurke, geschält,
entkernt, in Stücken

70 g Olivenöl

50 g Zitronensaft

1 TL Salz

½ TL Pfeffer

1 — Pfefferminze in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

2 — Kichererbsen, Gurke, Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer zugeben, **1 Min. 30 Sek./Stufe 6** pürieren.

Tipp: Statt Pfeffer Tasmanischen Bergpfeffer verwenden. Dieser gibt dem Hummus eine gewisse Frische und Schärfe.

Portion: 335 kcal (1393 kJ) =
F 20 g, Kh 24 g, E 10 g



10 Min.



15 Min.



einfach



4 Port.



335 kcal



vegi

Dazu passen Gurken- und Rüeblistängeli oder Fladenbrot.

Pink-Milchreis im Glas

60 g Amaretti

500 g Milch

100 g Vollrahm

150 g Rundkornreis
(z. B. Camolino)

75 g Zucker

1 Prise Salz

600 g rosa Grapefruit
(3–4 Stück)

1 Vanillestängel,
längs aufgeschnitten,
nur ausgekrazte Samen

1 — Amaretti in den Mixtopf geben, **1 Sek./Stufe 5** zerkleinern, umfüllen.

2 — Milch, Vollrahm, Rundkornreis, 45 g Zucker und Salz in den Mixtopf geben und ohne Messbecher **38 Min./90 °C/☞/Stufe 1** garen. Ca. 15 Minuten quellen lassen, in Gläser füllen.

3 — In dieser Zeit von den Grapefruits Boden und Deckel, dann Schale ringsum bis auf das Fruchtfleisch wegschneiden, Fruchtfleisch (Schnitze) mit einem scharfen Messer zwischen den weissen Häutchen herausschneiden, dabei Grapefruitsaft in einer Pfanne auffangen (ca. 150 g). Grapefruitfilets in Würfel schneiden. 30 g Zucker und Vanillesamen in die Pfanne geben, aufkochen. Saft bei mittlerer Hitze sirupartig einkochen und mit den Grapefruitwürfeln mischen.

4 — Grapefruitwürfel und zerkleinerte Amaretti auf dem Milchreis anrichten, lauwarm servieren.

Portion: 486 kcal (2043 kJ) =
F 17 g, Kh 72 g, E 10 g



20 Min.



1 Std.
10 Min.



einfach



4 Port.



486 kcal

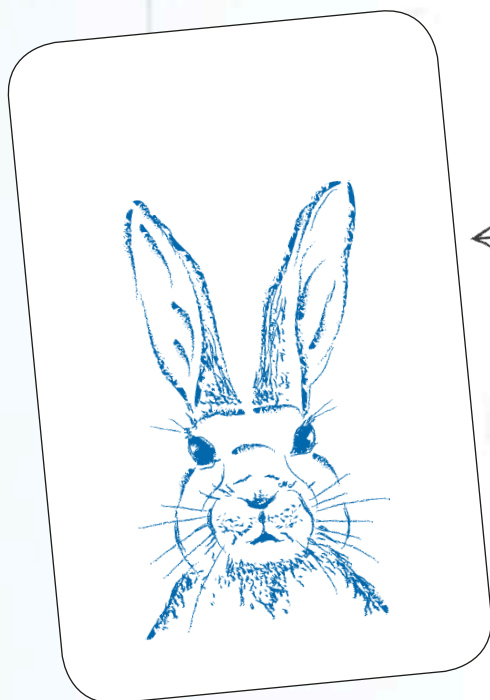
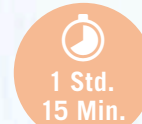


Oster-Cupcakes

200 g	Wasser
50 g	Kakaopulver
100 g	Butter, in Stücken
180 g	Mehl
2	Eier
250 g	Zucker
¾ TL	Backpulver
2 Prisen	Salz
100 g	tiefgekühlte Himbeeren, aufgetaut
150 g	Butter, weich
200 g	Doppelrahm-Frischkäse (Philadelphia)
	Zuckerdekor

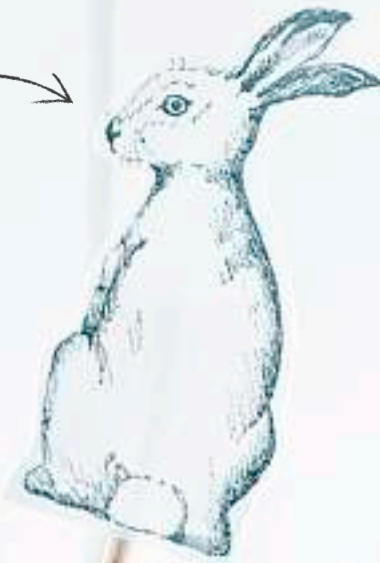
- 1 — Backofen auf 200 °C vorheizen. Ein Muffinsblech mit 12 Vertiefungen (je ca. 7 cm Ø) mit 12 Karton- oder Papier-Backförmchen auslegen.
- 2 — Wasser in den Mixtopf geben, **5 Min./100 °C/Stufe 1** aufkochen.
- 3 — Kakaopulver zugeben und **30 Sek./Stufe 4** mischen.
- 4 — Butter, Mehl, Eier, 200 g Zucker, Backpulver und Salz zugeben, **1 Min./Stufe 3.5** verrühren, in die Papier-Backförmchen geben und ca. 18 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. Garprobe mit einem Holzstäbchen machen. In dieser Zeit Mixtopf spülen und trocknen.
- 5 — Muffins etwas abkühlen, aus dem Blech nehmen, auf einem Gitter auskühlen.
- 6 — 50 g Zucker in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 10** pulverisieren.
- 7 — Himbeeren zugeben, **5 Sek./Stufe 7** zerkleinern und durch ein feines Sieb in eine Schüssel streichen.
- 8 — **Rühraufsatz einsetzen.** Butter in den Mixtopf geben und **40 Sek./Stufe 4** aufschlagen.
- 9 — Frischkäse zugeben, **15 Sek./Stufe 3** unterrühren und mit dem Spatel nach unten schieben.
- 10 — Himbeersaft zugeben, **30 Sek./Stufe 2** unterrühren. Himbeermasse in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 10 mm Ø) füllen, auf die Cupcakes spritzen, mit Zuckerdekor verzieren.

Stück: 383 kcal (1596 kJ) = F 25 g, Kh 33 g, E 5 g



Unter www.bettybossi.ch/vorlagen finden Sie diese und weitere Hasen zur Dekoration oder als Etiketten. Einfach herunterladen, auf etwas dickerem Papier ausdrucken und ausschneiden!

Kleiner Aufwand, grosser Effekt:
Osterhasen ausschneiden
und an ein Holzspiesschen Kleben.



Cupcake- oder Muffins-
förmchen aus Karton
oder Papier finden Sie
in grösseren Super-
märkten und Bastelläden.



Magie in der Küche

Kennen Sie dieses Phänomen? Man kauft ein neues Schneidebrett, und schon nach kurzer Zeit ist es verfärbt, zerschnitten und riecht schlecht. Nicht so beim Schneidebrett «black magic»! 30% Kohlepulver-Anteil wirken stark **antibakteriell und geruchsneutralisierend**. Bakterien haben daher keine Chance, und auch Zwiebel- oder Käsegeruch gehören der Vergangenheit an. Zaubhaftes Detail: Die Schnittspuren verschwinden einfach in der Spülmaschine! Und dank der schwarzen Farbe bleiben keine Lebensmittelspuren zurück.

Das **Schneidebrett «black magic»** gibt es in zwei verschiedenen Grössen, in flexibel und stabil, ab **CHF 24.90**.

Infos und Bestellmöglichkeit auf unserer Website



Mmh, das prickelt!

Coop Naturaplan Bio-Prosecco DOC La Jara

Dieser hervorragende Bio-Prosecco ist neu erhältlich im Sortiment von Coop. Er stammt aus Italien von einem Bio-Pionier, der sich auf die Herstellung von Qualitäts-Bioweinen spezialisiert hat. Respekt vor der Natur, dem Weinberg und seinen natürlichen Fruchtbarkeitszyklen ist einer der grundlegenden Werte des Produzenten. Die langen Rebenreihen, die die flachen Felder um die Kellerei durchziehen, erstrecken sich über 50 Hektar bis zum steinigem Bett des Flusses Piave, der dem Boden seine einzigartige Morphologie verleiht.

Herkunft: Italien, Venetien

Rebsorte: Glera

Charakter: zartes Strohgelb, delikates Bukett nach weissen Blüten, reifem Apfel und Pfirsich, am Gaumen frisch und aromatisch mit Nuancen von Akazienhonig, schmelzige Perlage und saftiges Finale.

Passt zu: Apéro, leichten Fisch- und Fleischgerichten, eingelegtem Gemüse.

In allen grösseren Coop Supermärkten und bei mondovino.ch erhältlich.



Die neue TV-Show

Liebe geht bekanntlich durch den Magen – auch dank Thermomix®!

Im «Kitchen Date», der neuen TV-Show auf ProSieben Schweiz, versuchen sich Köchinnen und Köche im wunderschönen Hotel Montana in Luzern mithilfe des Thermomix® in die Herzen ihrer Testesserinnen und Testesser zu kochen. Ob jemand die Liebe seines Lebens finden wird?

Weitere Informationen zur Sendung finden Sie unter: www.kitchen-date.ch





Viermal süss verführt



Diese exquisiten Pralinés wurden von einer innovativen Schweizer Schokolademanufaktur speziell für **Fine Food** entwickelt und in Handarbeit hergestellt. Jede der vier Köstlichkeiten ist geschmacklich und visuell einzigartig und mit besten Zutaten verfeinert:

Cremig-zartes Praliné

Überzogen mit einer Vollmilchganache aus Schweizer Bergheumilch, gekrönt durch eine blaue Kornblume.

Zitronig-frisches Praliné

Mit aromatischen Amalfi-Zitronen aus Süditalien und Schweizer Butter. Dank der edlen weissen Kuvertüre das hellste Praliné des Quartetts.

Bitter-süßes Praliné

Praliné mit samtig-weichem Kern, umhüllt von einem knackigen Überzug aus 71% Zartbitterschokolade und mit feinstem Kakao gepudert.

Praliné mit Schweizer Schnaps

Mit Maracaibo-Zartbitterkuvertüre, Schweizer Butter und Damassine-Schnaps. Ein Praliné mit Schuss!

Coop Fine Food Pralinés Nobile, CHF 9.60

Erhältlich in grösseren Coop Supermärkten

Der beste aller Zeiten!

Betty Bossi ist konstant daran, ihre Produkte zu überprüfen und wenn nötig zu optimieren. Auf Wunsch von Kundinnen haben unsere Designer und Produktentwickler den **Folien-Schneider «Zack»** genauer unter die Lupe genommen.

Das Ergebnis dieser Mission ist ein neuer, besserer und handlicherer Folien-Schneider, der dank **optimierter Ergonomie** auch in kleinste Hände passt. Besser ist auch die Schneidefunktion: Das Zusammendrücken braucht jetzt **weniger Kraft**. Er ist für alle handelsüblichen Haushaltsfolien bis 40 m geeignet und verfügt über einen praktischen Foliengreifer, der den Folienanfang jederzeit griffbereit hält.

Folien-Schneider «Zack», ab 24.90.

Infos und Bestellmöglichkeit auf unserer Website



Ihre Meinung interessiert uns

In Ihren Händen halten Sie bereits die zweite Ausgabe unseres **«Betty Bossi mix»** Magazins. Wir hoffen sehr, dass wir Ihren Geschmack getroffen haben und Sie bereits viele Tipps und Rezeptanregungen mit Ihrem Thermomix® umsetzen konnten.

Die Erfüllung Ihrer Wünsche und Bedürfnisse liegt uns sehr am Herzen. Darum: **Lassen Sie uns wissen, was Sie denken!** Gibt es ein bestimmtes Rezept, mit dem wir Ihnen eine Freude machen könnten? Interessieren Sie sich für bestimmte Tricks und Kniffe? Was es auch ist: Ihre Meinung interessiert uns!

Auf der folgenden Webseite haben Sie die Möglichkeit, uns Ihr Feedback mitzuteilen: www.bettybossi.ch/bbmixfeedback

Es ist unser Ziel, Sie auch in Zukunft, mit dem **«Betty Bossi mix»** zu begeistern. Darum nutzen Sie die Gelegenheit, und gestalten Sie die nächsten Ausgaben mit!



MITMACHEN
UND
mitgestalten

Ihr Feedback ist uns wichtig!



100% NATÜRLICHE ZUTATEN





Für jeden Tag

Endlich spriesst es wieder auf den Feldern! Hier kommen unsere besten Gerichte für jeden Tag – inspiriert vom Frühling und seinen köstlichen Bodenschätzen.

Lamm mit Dukkah-Gemüse

mit Gewürzen aus dem Orient



60 g Datteln, entsteint, in Stücken

2 EL glattblättrige Petersilie

2 Bio-Zitronen, ½ dünn abgeschälte Schale und 100 g Saft

20 g Olivenöl

350 g Lammierstück, in Würfeln (2 cm)

100 g Zwiebeln, halbiert
2 Knoblauchzehen

400 g Auberginen, in Würfeln (1 cm)

250 g rote Peperoni, in Stücken (1 cm)

160 g Zartweizen (z. B. Ebly®)
350 g Wasser

1 Gemüsebouillonwürfel (für 0,5 l, z. B. Knorr Natürlich Fein!)

¼ TL Salz

10 g Dukkah (siehe Hinweis)

20 g ungesalzene geschälte Pistazien

1 — Datteln in den Mixtopf geben, **8 Sek./Stufe 7** zerkleinern, umfüllen.

2 — Petersilie und Zitronenschale in den Mixtopf geben und **8 Sek./Stufe 7** zerkleinern, umfüllen.

3 — Olivenöl zugeben und **2 Min./120 °C/Stufe 2** erhitzen.

4 — Lammfleisch zugeben und **5 Min./120 °C/Stufe 4** dämpfen, umfüllen, warm stellen.

5 — Zwiebeln und Knoblauch in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

6 — Auberginen und Peperoni zugeben und ohne Messbecher **4 Min./120 °C/Stufe 2** dämpfen.

7 — Zartweizen, Wasser, Bouillonwürfel, Salz, zerkleinerte Datteln und Zitronensaft zugeben und **10 Min./100 °C/Stufe 4** garen. Warm gestelltes Fleisch, Petersilie-Zitronenschalen-Mischung und Dukkah zugeben, mit dem Spatel unterrühren.

8 — Lamm mit Dukkah-Gemüse auf Tellern anrichten, Pistazien darüberstreuen.

Hinweis: Dukkah ist eine afrikanisch-orientalische Nuss-Gewürz-Mischung. Ersatz: Ras el Hanout oder milder Curry.

Portion: 431 kcal (1806 kJ) = F 12 g, Kh 50 g, E 28 g

Petersilie-Spinat-Suppe

Das Mandel-Oliven-Topping sorgt für Biss



100 g Mandeln
100 g entsteinte grüne Oliven
100 g Zwiebeln, halbiert
200 g mehlig kochende Kartoffeln, geschält, in Stücken (3 cm)
50 g Olivenöl
500 g Wasser
1 Gemüsebouillonwürfel (für 0,5 l, z. B. Knorr Natürlich Fein!)
200 g Mandeldrink
100 g Jungspinat
1 Bund Petersilie, Blätter abgezupft
½ TL Salz
2 Prisen Pfeffer

1 — Mandeln und Oliven in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

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

3 — 30 g Olivenöl zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dämpfen.

4 — Wasser, Bouillonwürfel und Mandeldrink zugeben und **20 Min./95 °C/Stufe 1** garen.

5 — 50 g Jungspinat zugeben, **30 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

6 — 50 g Jungspinat zugeben und nochmals **30 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

7 — Petersilie, Salz und Pfeffer zugeben und **30 Sek./Stufe 5–9** schrittweise ansteigend pürieren. In dieser Zeit 20 g Olivenöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Beiseite gestellte Mandeln und Oliven bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten braten.

8 — Suppe in Suppentellern anrichten, Mandel-Oliven-Mischung darauf verteilen.

Portion: 364 kcal (1507 kJ) = F 29 g, Kh 13 g, E 8 g



Diese Suppe ist nicht nur vegetarisch, sondern sogar vegan!

Frühlingsflammkuchen

Die tollen Farben machen Lust auf mehr!

300 g Radiesli mit dem Grün
200 g Mehl und etwas mehr zum Auswallen
¼ Würfel Hefe (ca. 10 g), zerbröckelt
1½ TL Salz
100 g Butter
100 g Wasser
80 g Zwiebeln , halbiert
300 g Kräuterseitlinge , in Scheiben
25 g Aceto balsamico bianco
4 Prisen Pfeffer
90 g Crème fraîche
8 frische Eier

1 — Radiesligrün (ohne Stiele) von den Radiesli trennen, waschen. Radiesli vierteln, beides beiseite stellen.

2 — Mehl, Hefe, ½ TL Salz und 80 g Butter in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** vermischen, Wasser zugeben und **1 Min./¼** kneten. Teig aus dem Mixtopf nehmen, zugedeckt ca. 10 Minuten ruhen lassen.

3 — Beiseite gestelltes Radiesligrün in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 5** zerkleinern, die Hälfte davon umfüllen, beiseite stellen.

4 — Zwiebeln zugeben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben.

5 — 20 g Butter und Kräuterseitlinge zugeben und **7 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dämpfen.

6 — Aceto balsamico, ½ TL Salz und 2 Prisen Pfeffer zugeben, **3 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dämpfen.

7 — Backofen auf 220 °C vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen.

8 — Teig halbieren, mit dem Wallholz auf wenig Mehl je rund auswallen (ca. 32 cm Ø). Teige auf die vorbereiteten Backbleche legen.

9 — Crème fraîche auf den Teigen verteilen, Zwiebel-Pilz-Mischung daraufgeben. 1. Flammkuchen ca. 12 Minuten (220 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen.

10 — Flammkuchen herausnehmen, 4 Eier aufschlagen, sorgfältig auf den Belag geben, die Hälfte der geviertelten Radiesli, ¼ TL Salz und 1 Prise Pfeffer darauf verteilen und ca. 6 Minuten fertig backen. Mit dem 2. Flammkuchen gleich verfahren.

11 — Beiseite gestelltes Radiesligrün darüberstreuen. Flammkuchen in Stücke schneiden.

Tipp: Wenig Fleur de Sel darüberstreuen.

Portion: 647 kcal (2693 kJ) = F 42 g, Kh 41 g, E 22 g



Der Kräuterseitling ist ein Zuchtpilz und daher das ganze Jahr über erhältlich. Sein zartes Fleisch schmeckt würzig-nussig und bleibt auch beim Garen bissfest.





Fischtätschli mit Salat

Super auch als Lunch zum Mitnehmen



1 Bund glattblättrige Petersilie, Blätter abgezapft

1 Bund Dill

600 g Felchen- oder Eglifilets ohne Haut, allfällige Gräten mit einer Pinzette entfernt

100 g Cornflakes

1 Ei

1 EL Senf

1 ¼ TL Salz

5 Prisen Pfeffer

200 g Gurke, ungeschält, entkernt, in Stücken

170 g Radiesli

120 g rotschalige Äpfel, geachtelt, entkernt

1 Bio-Zitrone, ½ ausgepresster Saft, ½ in Schnitzen, beiseite gestellt

80 g Olivenöl

2 Prisen Zucker

1 — Petersilie und ½ Bund Dill in den Mixtopf geben und **6 Sek./Stufe 6** zerkleinern.

2 — Fisch zugeben und **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

3 — Cornflakes, Ei, Senf, 1 TL Salz und 3 Prisen Pfeffer zugeben, **2 Min./Stufe 3** mischen. Masse mit nassen Händen zu 12 Tätschli formen und auf einen Teller legen. Mixtopf spülen.

4 — Gurke, Radiesli, Äpfel, Zitronensaft, 40 g Olivenöl, Zucker, ¼ TL Salz, 2 Prisen Pfeffer und ½ Bund Dill in den Mixtopf geben, **8 Sek./Stufe 4** zerkleinern, Salat in eine Schüssel umfüllen.

5 — 40 g Olivenöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Tätschli portionenweise bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 4 Minuten braten.

6 — Fischtätschli, Salat und beiseite gestellte Zitronenschnitze auf Tellern anrichten.

Portion: 488 kcal (2034 kJ) = F 26 g, Kh 28 g, E 32 g

Spinatrisotto mit Spargeln

Frühling auf dem Teller!



50 g Parmesan , in Stücken (3 cm)
50 g Zwiebeln , halbiert
40 g Olivenöl 40 g Butter
320 g Risottoreis (z. B. Carnaroli) 60 g Weisswein
720 g Wasser 2 Gemüsebouillonwürfel (für je 0,5 l, z. B. Knorr Natürlich Fein!)
500 g grüne Spargeln , Spitzen abgeschnitten, hölzerner Teil entfernt, Rest in Scheiben (5 mm)
100 g Rohschinken in Tranchen , in Streifen 50 g Mandelstifte 1 Prise Salz
90 g Dessert Extrafin (Sauermilch) 150 g Jungspinat

1 — Parmesan in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

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

3 — 10 g Olivenöl und 20 g Butter zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dämpfen.

4 — Reis zugeben und ohne Messbecher **2 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dünsten. Wein durch die Öffnung im Mixtopfdeckel zugeben und ohne Messbecher **1 Min./100 °C/☞/Stufe 1** ablöschen.

5 — Wasser und Bouillonwürfel zugeben, mit dem Spatel einmal über den Mixtopfboden rühren, um den Reis zu lösen. Anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und **11 Min./100 °C/☞/Stufe 1** garen.

6 — In dieser Zeit 30 g Olivenöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Spargelspitzen und -scheiben, Rohschinken und Mandelstifte ca. 5 Minuten braten, salzen.

7 — Sauermilch, Spinat, beiseite gestellten Parmesan und 20 g Butter mithilfe des Spatels unter den Risotto heben. Risotto auf Tellern anrichten, Spargelgemüse darauf verteilen.

Portion: 718 kcal (3008 kJ) = F 36 g, Kh 70 g, E 26 g



Klassische Lasagne

Mindestens so gut wie in Bella Italia

100 g **Parmesan**, in Stücken
(1 cm)

Bolognese-Sauce

4 **Zweiglein Rosmarin**,
Nadeln abgezupft

4 **Zweiglein Majoran**,
Blätter abgezupft

2 **Knoblauchzehen**

70 g **Bundzwiebeln
mit dem Grün**,
in Stücken (3 cm)

200 g **Rüebli**, in Stücken
(3 cm)

200 g **Sellerie**, in Stücken
(3 cm)

40 g **Olivenöl** und etwas mehr
zum Einfetten

600 g **Hackfleisch**
(Rind und Schwein)

1¼ TL **Salz**

100 g **Tomatenpüree**

250 g **Rotwein**

300 g **Wasser**

1 **Fleischbouillonwürfel**
(für 0,5 l, z. B. Knorr
Natürlich Fein!
Rindsbouillon Würfel)

2 **Prisen Pfeffer**

Béchamelsauce

600 g **Milch**

60 g **Butter**

60 g **Mehl**

1 TL **Salz**

2 **Prisen Pfeffer**

15 **Lasagneblätter**
(ca. 250 g)

1 — Parmesan in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

Bolognese-Sauce

2 — Rosmarin und Majoran in den Mixtopf geben, **8 Sek./Stufe 8** zerkleinern, umfüllen und beiseite stellen.

3 — Knoblauch in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

4 — Zwiebeln, Rüebli und Sellerie zugeben, **5 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Olivenöl zugeben und **5 Min./120 °C/Stufe 2** dämpfen.

5 — Hackfleisch, Salz und Tomatenpüree zugeben und **8 Min./ 120 °C/☞/Stufe 1** dämpfen, mit dem Spatel nach unten schieben.

6 — Wein zugeben und **5 Min./Varoma/☞/Stufe 1** garen.

7 — Wasser, Bouillonwürfel, Pfeffer und beiseite gestellte Kräuter zugeben, **20 Min./100 °C/☞/Stufe 1** garen und umfüllen.

Béchamelsauce

8 — Milch, Butter, Mehl, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben und **12 Min./100 °C/Stufe 3** garen.

9 — Backofen auf 200 °C vorheizen. Eine weite ofenfeste Form (ca. 3 Liter) einfetten.

10 — Zuerst eine dünne Schicht der Béchamelsauce in der vorbereiteten Form verteilen. Eine Lage Lasagneblätter darauflegen, mit einer Lage Bolognese-Sauce bedecken, mit Béchamelsauce bedecken. Diesen Vorgang wiederholen, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die letzte Lage sollte Béchamelsauce sein. Beiseite gestellten Parmesan darüberstreuen.

11 — Lasagne ca. 35 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, ca. 5 Min. ruhen lassen.

Portion: 720 kcal (2995 kJ) = F 40 g, Kh 49 g, E 37 g



35 Min.



2 Std.
5 Min.



einfach



6 Port.



720 kcal

Info

Knorr Natürlich Fein! Rindsbouillon Würfel aus 100 % natürlichen Zutaten.

100 % natürliche Zutaten, feinste Zwiebeln, Rüebli und Gewürze – das zeichnet die Knorr Rindsbouillon aus. Würfel für Würfel bildet die feine Rindsbouillon die Grundlage für unterschiedlichste Gerichte und ist dank der Portionierung auch für kleine Mengen geeignet.





Bärlauch-Fusilli mit Romanesco

Der frische Bärlauch bringt extra Würze



200 g Rohschinken
in Tranchen

50 g Parmesan, in Stücken
(2 cm)

50 g Mandeln

1 Bund Bärlauch

2 TL Salz

100 g Olivenöl

1100 g Wasser

600 g Romanesco, in Röschen

350 g Teigwaren (Fusilli)

1 — Rohschinken in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 6** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

2 — Parmesan in den Mixtopf geben und **5 Sek./Stufe 10** zerkleinern.

3 — Mandeln zugeben und **5 Sek./Stufe 6** zerkleinern.

4 — Bärlauch, ½ TL Salz und Olivenöl zugeben, **30 Sek./Stufe 5** zu einer homogenen Masse mischen, umfüllen, beiseite stellen. Mixtopf spülen.

5 — Wasser und 1½ TL Salz in den Mixtopf geben, Varoma-Behälter aufsetzen, Romanesco einwiegen, Varoma verschliessen und **7 Min./Varoma/Stufe 1** aufkochen. Varoma absetzen.

6 — Teigwaren durch die Öffnung im Mixtopfdeckel in den Mixtopf zugeben, Varoma aufsetzen und **Zeit gemäss Packungsangabe/Varoma/↻/Stufe ↻** garen.

7 — Teigwaren mit dem Garwasser durch den Varoma-Behälter abgiessen. Teigwaren und Romanesco in eine Schüssel geben, beiseite gestellten Rohschinken und Bärlauchpesto zugeben, mit dem Spatel mischen.

Portion: 810 kcal (3372 kJ) = F 42 g, Kh 67 g, E 37 g

Würzige Wähen und Quiches

Ein knuspriger Teigrand, ein währschaftes Innenleben und eine feine Kruste: Wer kann da schon widerstehen? Hier kommen vier unserer aktuellen Kreationen. Ideal als schneller Zmittag oder einfacher Znacht!





Blumenkohl-Chorizo-Quiche

Teig

- 150 g Mehl** und etwas mehr zum Auswallen
- 75 g Butter**, in Stücken, und etwas mehr zum Einfetten
- 1 TL Salz**
- 50 g Wasser**

Füllung

- 200 g Gruyère**, in Stücken (3 cm)
- 150 g Rahmquark**
- 2 Eier**
- ½ TL Salz**
- ½ Bund Schnittlauch**, fein geschnitten
- 500 g Blumenkohl**, in Stücken (3 cm)
- 80 g Zwiebeln**, halbiert
- 30 g Wasser**
- 100 g Chorizo**, in Scheiben (5 mm)

Teig

1 — Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Boden einer Wähenform (24–26 cm Ø) mit Backpapier belegen, Rand einfetten.

2 — Mehl, Butter, Salz und Wasser in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** vermischen. Den Teig aus dem Mixtopf nehmen, zu einer Kugel formen, flach drücken. Teig mit dem Wallholz auf wenig Mehl rund (ca. 32 cm Ø) auswallen und in die vorbereitete Form legen. Teig mit einer Gabel dicht einstechen. Mixtopf spülen und trocknen.

Füllung

3 — Gruyère in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern.

4 — Rahmquark, Eier, Salz und Schnittlauch zum Käse in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 4** vermischen, umfüllen und beiseite stellen.

5 — Blumenkohl und Zwiebeln in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

6 — Wasser zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 4** dämpfen.

7 — Blumenkohl-Mischung und Käsemasse mischen, auf dem Teigboden verteilen, Chorizo-Scheiben darauflegen. Die Blumenkohl-Wähe ca. 40 Minuten (200 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen.

Portion: 727 kcal (3025 kJ) =
F 50 g, Kh 33 g, E 34 g



Schweizer-Wähe

Teig

- 200 g Mehl** und etwas mehr zum Auswallen
- 100 g Butter**, in Stücken, und etwas mehr zum Einfetten
- 100 g Halbfettquark**
- 1 TL Backpulver**
- 1 TL Salz**

Füllung

- 80 g Gruyère**, in Stücken (3 cm)
- 4 Eier**
- 100 g Vollrahm**
- 150 g Halbfettquark**
- 1 TL Salz**
- 1 Bund Schnittlauch**, fein geschnitten
- 80 g Zwiebeln**, halbiert
- 1 EL Rapsöl**
- 300 g Hackfleisch** (Rind)
- 350 g rotschalige Äpfel**, in Schnitzen

Teig

1 — Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Boden einer Wähenform (ca. 24 cm Ø) mit Backpapier belegen, Rand einfetten.

2 — Mehl, Butter, Halbfettquark, Backpulver und Salz in den Mixtopf geben, **20 Sek./Stufe 4** vermischen. Teig aus dem Mixtopf nehmen, zu einer Kugel formen, flach drücken. Teig mit dem Wallholz auf wenig Mehl rund (ca. 28 cm Ø) auswallen. Teig in die vorbereitete Wähenform legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Mixtopf spülen und trocknen.

Füllung

3 — Gruyère in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 5** zerkleinern.

4 — Eier, Rahm, Halbfettquark, ½ TL Salz und Schnittlauch zugeben, **15 Sek./Stufe 4** vermischen, Guss in einen Messbecher umfüllen und beiseite stellen, Mixtopf spülen.

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

6 — Rapsöl zugeben und **2 Min. 30 Sek./120 °C/Stufe 1** dämpfen.

7 — Hackfleisch und ½ TL Salz zugeben und **6 Min. 30 Sek./100 °C/☞/Stufe 1** dämpfen. Varoma auf den verkehrt herum gestellten Varoma-Deckel stellen, Hackfleisch in den Varoma-Behälter geben, abtropfen.

8 — Hackfleisch auf dem Teig verteilen, mit den Apfelschnitzen belegen. Wähe ca. 10 Minuten (200 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen. Wähe herausnehmen, Guss darübergießen und ca. 25 Minuten fertig backen. Schweizer-Wähe herausnehmen, etwas abkühlen.

Portion: 922 kcal (3836 kJ) =
F 62 g, Kh 51 g, E 38 g



25 Min.



1 Std.



einfach



4 Port.



922 kcal



Gemüsewähe

Teig

- 160 g helles Dinkelmehl und etwas mehr zum Auswallen
- 75 g Butter, in Stücken, und etwas mehr zum Einfetten
- ½ TL Salz
- 50 g Wasser

Füllung

- 500 g Kohlrabi, geschält, geviertelt
- 250 g tiefgekühlte Erbsli
- 300 g Radiesli, geviertelt
- 30 g Pinienkerne
- 4 Eier
- 250 g Vollrahm
- 1½ TL Salz
- 1 Prise Pfeffer

Teig

1 — Backofen auf 220 °C vorheizen. Den Boden einer Wähenform (ca. 24 cm Ø) mit Backpapier belegen, Rand einfetten.

2 — Mehl, Butter, Salz und Wasser in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** vermischen. Teig aus dem Mixtopf nehmen, zu einer Kugel formen, flach drücken. Teig mit dem Wallholz auf wenig Mehl rund (ca. 32 cm Ø) auswallen, in die vorbereitete Wähenform legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen.

Füllung

3 — Kohlrabi in den Mixtopf geben und **4 Sek./Stufe 5** zerkleinern. Kohlrabi mit Erbsli, Radiesli und Pinienkernen auf dem Teigboden verteilen. Ca. 15 Minuten (220 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen.

4 — Eier, Rahm, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** vermischen. Masse auf dem Gemüse verteilen. Wähe ca. 20 Minuten auf der untersten Rille fertig backen. Gemüsewähe herausnehmen, etwas abkühlen.

Portion: 719 kcal (2978 kJ) =
F 50 g, Kh 42 g, E 22 g



Spargel-Quiche

Teig

- 150 g Mehl** und etwas mehr zum Auswallen
75 g Butter und etwas mehr zum Einfetten
 ½ TL **Salz**
50 g Wasser

Füllung

- 100 g Freiburger Vacherin**, in Stücken (3 cm)
80 g Zwiebeln, halbiert
-
- 250 g Halbfettquark**
2 Eier
2 Prisen Muskat
 ¾ TL **Salz**
1 Prise Pfeffer
-
- 400 g Wasser**
500 g grüne Spargeln, unteres Drittel geschält, in Stücken (1 cm)

Teig

1 — Backofen auf 180 °C vorheizen. Den Boden einer Wähenform (ca. 24 cm Ø) mit Backpapier belegen, Rand einfetten.

2 — Mehl, Butter, Salz und Wasser in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** vermischen. Teig aus dem Mixtopf nehmen, zu einer Kugel formen, flach drücken. Teig mit dem Wallholz auf wenig Mehl rund (ca. 28 cm Ø) auswallen und in die vorbereitete Wähenform legen. Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Kühl stellen.

Füllung

3 — Vacherin und Zwiebeln in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

4 — Halbfettquark, Eier, Muskat, Salz und Pfeffer zugeben, **15 Sek./Stufe 4** vermischen, in eine Schüssel umfüllen, beiseite stellen. Mixtopf spülen.

5 — Wasser in den Mixtopf geben, Varoma-Behälter aufsetzen. Spargeln im Varoma-Behälter und im Varoma-Einlegeboden verteilen, Varoma verschliessen und **14 Min./Varoma/Stufe 1** garen. Varoma absetzen.

6 — Die Hälfte der beiseite gestellten Käse-Ei-Masse auf dem Teig verteilen. Gegarte Spargeln darauf verteilen, restliche Käse-Ei-Masse darauf verteilen. Quiche ca. 40 Minuten (180 °C) auf der untersten Rille des Backofens backen. Spargel-Quiche herausnehmen, etwas abkühlen.

Portion: 514 kcal (2142 kJ) =
 F 31 g, Kh 34 g, E 22 g



Reis mit Rindshuft

40 g gemischte Nüsse

2 Knoblauchzehen

4 cm Ingwer, geschält

500 g Rüebl, geschält,
in Stücken (3 cm)

800 g Wasser

1½ TL Salz

300 g Parfümreis

20 g Rapsöl

400 g Rindshuft, in Würfeln

1 Prise Pfeffer

1 — Nüsse in den Mixtopf geben und **4 Sek./Stufe 5** grob mahlen, umfüllen und beiseite stellen.

2 — Knoblauch und Ingwer in den Mixtopf geben und **2 Sek./Stufe 8** zerkleinern. Rüebl zugeben und **4 Sek./Stufe 5** grob zerkleinern, umfüllen und beiseite stellen. Mixtopf spülen.

3 — Wasser und 1 TL Salz in den Mixtopf geben. Gareinsatz auf den Mixtopfdeckel stellen, Reis einwiegen und unter fließendem Wasser so lange spülen, bis dieses klar ist. Gareinsatz einsetzen und **18 Min./100°C/Stufe 4** garen. Reis mithilfe des Spatels gut rühren und ca. 5 Minuten mit geschlossenem Deckel ziehen lassen.

4 — In dieser Zeit 10 g Rapsöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Rindshuft bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten anbraten, herausnehmen, mit ½ TL Salz und Pfeffer würzen, beiseite stellen.

5 — 10 g Rapsöl in derselben Bratpfanne heiss werden lassen. Beiseite gestellte Nuss- und Rüeblmischung bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten rührbraten. Fleisch mit dem entstandenen Saft wieder beigegeben, nur noch heiss werden lassen, mit dem Reis anrichten.

Portion: 554 kcal (2334 kJ) =
F 16 g, Kh 70 g, E 30 g



20 Min.



35 Min.



mittel



4 Port.



554 kcal



Als geschmackvollen
Farbgeber passen
Korianderblätter sehr gut.

Gut für die Linie

Ob Sie nun planen, Gewicht zu verlieren, oder einfach nur gerne gut und gesund essen: Diese drei Gerichte sorgen für Leichtigkeit auf Ihrem Teller!





Eiermuffins mit Spinat und Erbsli

Eiermuffins

- 100 g **Zwiebeln**, halbiert
- 1 **roter Chili**, halbiert, entkernt

- 300 g **tiefgekühlte Erbsli**, aufgetaut
- 1 EL **Olivenöl**
- 1¼ TL **Salz**
- 100 g **Jungspinat**

- 10 **Eier**

Salat

- 200 g **Jungsalat**
- 200 g **Radiesli**, halbiert
- 2 EL **Aceto balsamico**
- 2 EL **Olivenöl**
- 4 EL **Wasser**
- 1 EL **flüssiger Honig**
- ¼ TL **Salz**
- 2 **Prisen Pfeffer**

Eiermuffins

1 — Aus Backpapier 12 Quadrate (ca. 12 × 12 cm) schneiden. Ein Muffinsblech mit 12 Vertiefungen (je ca. 7 cm Ø) damit auslegen. Backofen auf 180 °C vorheizen.

2 — Zwiebeln und Chili in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

3 — Erbsli, Olivenöl und ½ TL Salz zugeben **7 Min./120 °C/☞/Stufe 1** dämpfen. In dieser Zeit Spinat nach und nach durch die Öffnung im Mixtopfdeckel zugeben. Erbsli-Spinat-Gemüse im vorbereiteten Muffinsblech verteilen.


4 — Eier und ¼ TL Salz in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 4** verrühren, über das Gemüse giessen. Muffins ca. 25 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens backen. Mixtopf spülen.


Salat


5 — In dieser Zeit Salat und Radiesli auf Tellern anrichten. Aceto balsamico, Olivenöl, Wasser, Honig, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 4** verrühren, kurz vor dem Servieren über den Salat träufeln. Muffins aus der Form nehmen, neben dem Salat anrichten.


Tipp: Statt Erbsli grüne Spargeln, unteres Drittel geschält, in kleinen Stücken, verwenden.


Portion: 389 kcal (1620 kJ) =
F 24 g, Kh 17 g, E 23 g



15 Min.


40 Min.


einfach


4 Port.


389 kcal


vegi

Kohlrabi-Minestrone mit Kressepesto

60 g	Parmesan , in Stücken (1 cm)
100 g	Kresse
40 g	Olivenöl
3 Prisen	Salz
60 g	Schalotten , halbiert
40 g	Tomatenpüree
500 g	Kohlrabi , geschält, in Stücken (3 cm)
900 g	Wasser
2	Gemüsebouillonwürfel (für je 0,5 l, z. B. Knorr Natürlich Fein!)
240 g	Teigwaren (z. B. Hörnli Gozzetto)
90 g	Jungspinat
1 Prise	Pfeffer

1 — Parmesan in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 10** zerkleinern.

2 — Kresse, 30 g Olivenöl und 2 Prisen Salz zugeben, **20 Sek./Stufe 7** zerkleinern, Pesto umfüllen. Mixtopf spülen.

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

4 — 10 g Olivenöl und Tomatenpüree zugeben und **1 Min./120 °C/☞/Stufe 2** dämpfen. Kohlrabi zugeben und weitere **2 Min./120 °C/☞/Stufe 2** dämpfen.

5 — Wasser und Bouillonwürfel zugeben und **7 Min./100 °C/☞/Stufe 1** zum Kochen bringen.

6 — Teigwaren zugeben und **Zeit gemäss Packungsangabe/98 °C/☞/Stufe 1** bissfest garen.

7 — Jungspinat mithilfe des Spatels unterheben, mit 1 Prise Salz und Pfeffer würzen und mit dem Pesto servieren.

Portion: 437 kcal (1840 kJ) =
F 17 g, Kh 50 g, E 18 g



Herzlich eingeladen

Das Frühlingsmenü

1 Vorspeise, 3 Hauptgänge, 1 Dessert

Eine stilvolle
Hommage an den
Lenz, purer
Genuss für Ihre
lieben Gäste!

Spargelmousse mit Käsechips

200 g	Vollrahm
1 Bund	Kerbel, Blätter abgezupft
40 g	Parmesan, in Stücken (2 cm)
20 g	ungesalzene geschälte Pistazien
20 g	Butter
400 g	weisse Spargeln, geschält, in Stücken (3 cm)
100 g	Wasser
1½ TL	Zucker
1½ TL	Salz
250 g	Halbfettquark
30 g	Instant-Gelatine, (2 Beutel)
4 Prisen	Pfeffer
15 g	Apfelessig
20 g	Rapsöl
50 g	weisse Spargeln, geschält
50 g	Radiesli, in dünnen Scheiben
25 g	Kresse

1 — Rühraufsatz einsetzen. Rahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3.5** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen, umfüllen, beiseite stellen. Mixtopf spülen und trocknen.

2 — Kerbel in den Mixtopf geben, **7 Sek./Stufe 8** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

3 — Parmesan und Pistazien in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 9** zerkleinern, umfüllen, beiseite stellen.

4 — Butter, Spargeln, Wasser, Zucker und ½ TL Salz in den Mixtopf geben. **14 Min./95 °C/ Stufe 1** garen. Spargeln in den Varoma-Behälter abgießen, auskühlen.

5 — Halbfettquark und gegarte Spargeln in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 8** pürieren.

6 — Instant-Gelatine, ¼ TL Salz und 2 Prisen Pfeffer zugeben, **15 Sek./Stufe 3** mischen. Schlagrahm mit dem Spatel unter die Spargelmasse heben.

7 — Die Hälfte der Masse in 8 Gläser (je ca. 2 dl) verteilen. Beiseite gestellten Kerbel mit dem Spatel unter die restliche Masse mischen, in die Gläser geben. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Stunden fest werden lassen.

8 — Eine beschichtete Bratpfanne bei mittlerer Hitze warm werden lassen. 1 EL der Käse-Pistazien-Mischung in die Pfanne geben, mit einem Löffelrücken glatt streichen. Käsechips nacheinander beidseitig je ca. 3 Minuten knusprig backen, auf einem Gitter auskühlen.

9 — Essig, Öl, ¼ TL Salz und 2 Prisen Pfeffer in den Mixtopf geben, **7 Sek./Stufe 5** mischen, umfüllen.

10 — Spargeln mit dem Sparschäler in Streifen schneiden, mit den Radiesli und der Salat-sauce mischen.

11 — Mousse mit Spargelsalat, Kresse und Käsechips anrichten.

Tipp: Als Apéro oder als Vorspeise für 4 Personen servieren.

Portion: 209 kcal (865 kJ) = F 19 g, Kh 5 g, E 7 g

-  45 Min.
-  3 Std. 45 Min.
-  für Profis
-  8 Port.
-  209 kcal

Das ist unser Titelrezept.



Kalbsbraten mit Kräuterkruste und Kartoffelgemüse

Kalbsbraten

1200 g Kalbskotelett am Stück, beim Metzger vorbestellt

1 EL Bratbutter

2 TL Salz

2 Prisen Pfeffer

50 g Gruyère, in Stücken (2 cm)

20 g Mandeln

1 Knoblauchzehe

1 Bund glattblättrige Petersilie, Blätter abgezupft

2 EL Rosmarinnadeln

100 g Toastbrot, in Stücken (3 cm)

1 Bio-Zitrone, nur abgeriebene Schale

80 g Butter, in Stücken

Gemüse

600 g Wasser

600 g kleine Frühkartoffeln, je nach Grösse halbiert

250 g grüne Spargeln, unteres Drittel geschält, schräg in Stücken (3 cm)

250 g Cherry-Tomaten

40 g Aceto balsamico bianco

40 g Olivenöl

2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

1 TL Salz

2 Prisen Pfeffer

Kalbsbraten

1 — Fleisch ca. 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen. Backofen auf 80 °C vorheizen, Bratgeschirr und Teller vorwärmen.

2 — Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Kalbsbraten mit 1 TL Salz und Pfeffer würzen, bei mittlerer Hitze rundum ca. 10 Minuten anbraten, in das vorgewärmte Bratgeschirr legen. Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken, sodass es die Knochen nicht berührt.

3 — Gruyère, Mandeln, Knoblauch, Petersilie, Rosmarin, Toastbrot, Zitronenschale und 1 TL Salz in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 9** zerkleinern. Butter durch die Öffnung im Mixtopfdeckel zugeben, **2 Min./120 °C/Stufe 1** dünsten. Toastbrotmasse auf der Fleischoberfläche verteilen, leicht andrücken.

4 — Fleisch ca. 2½ Stunden (80 °C) in der Mitte des Backofens niedergaren. Die Kerntemperatur soll 65 °C betragen.

Gemüse

5 — Ca. 40 Minuten, bevor der Braten fertig ist, Wasser in den Mixtopf geben. Frühkartoffeln in den Varoma-Behälter geben, Varoma verschliessen, aufsetzen und **20 Min./Varoma/Stufe 1** vorgaren.

6 — Varoma-Einlegeboden einsetzen, Spargeln und Tomaten darin verteilen, **12 Min./Varoma/Stufe 1** fertig garen. Varoma-Inhalt in eine Schüssel umfüllen und zugedeckt beiseite stellen. Mixtopf leeren.

7 — Aceto, Olivenöl, Schnittlauch, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 3.5** mischen, über das Kartoffelgemüse geben.

8 — Braten herausnehmen, zugedeckt beiseite stellen. Hitze des Backofens auf 240 °C erhöhen.

9 — Sobald der Backofen 240 °C erreicht hat, Braten ca. 5 Minuten in der oberen Hälfte des Backofens überbacken. Braten herausnehmen, in Tranchen schneiden, mit dem Kartoffelgemüse anrichten.

Portion: 670 kcal (2792 kJ) = F 42 g, Kh 28 g, E 42 g



30 Min.



3 Std.



mittel



6 Port.



670 kcal

Für 4 bis 6 Personen, je nach Appetit der Gäste. Falls Sie Fleisch übrig haben, am nächsten Tag kalt aufschneiden und zu Salat servieren.





Herzlich eingeladen



Lachsforellenfilets mit Kohlrabi Reis und Radieslibutter

150 g	Radiesli
120 g	Butter, in Stücken, weich
1 EL	Konfitüre (Himbeere oder Johannisbeere)
1¼ TL	Salz
400 g	Kohlrabi, geschält, in Stücken (3 cm)
300 g	Langkornreis (Parboiled)
850 g	Wasser
4	Lachsforellenfilets (ca. 600 g)
2 Prisen	Pfeffer

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

2 — 100 g Butter, Konfitüre und ¼ TL Salz zugeben, **10 Sek./Stufe 3** vermischen und mit dem Spatel nach unten schieben.

3 — **Rühraufsatz einsetzen. 30 Sek./Stufe 3** verrühren. **Rühraufsatz entfernen.** Radieslibutter in eine Schale geben, zugedeckt ca. 1 Stunde kühl stellen. Mixtopf spülen und trocknen.

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

5 — 20 g Butter zugeben und **3 Min./120 °C/Stufe 1** dämpfen.

6 — Reis, Wasser und 1 TL Salz zugeben und **8 Min./100 °C/☞/Stufe 1** vorgaren. In dieser Zeit Varoma-Behälter und Varoma-Einlegeboden mit Backpapier belegen. Forellenfilets mit ½ TL Salz und Pfeffer würzen und im Varoma-Behälter und im Varoma-Einlegeboden verteilen.

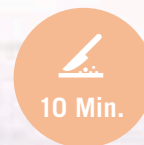
7 — Varoma-Behälter aufsetzen, Varoma-Einlegeboden einsetzen, Varoma verschliessen und **5 Min./100 °C/☞/Stufe 1** garen.

8 — Die Forellenfilets mit dem Backpapier vom Einlegeboden in den Varoma-Behälter wechseln und umgekehrt, diese vom Varoma-Behälter in den Varoma-Einlegeboden wechseln und **5 Min./100 °C/☞/Stufe 1** fertig garen.

9 — Lachsforellenfilets mit dem Reis und der Radieslibutter auf Tellern anrichten.

Tipp: Glattblättrige Petersilie, fein geschnitten, darüberstreuen.

Portion: 866 kcal (3617 kJ) = F 49 g, Kh 67 g, E 37 g



DER PASSENDE WEIN



La Côte AOC Château de Mont-sur-Rolle Grand Cru, 75 cl

Herkunft: Schweiz, Waadt

Rebsorten: Chasselas

Charakter: mit ansprechendem, feinem Blütenduftbukett, im Gaumen frisch mit reifen und mineralischen Aromen. Feinrassige Struktur mit zarter herbem Abgang.

Bezugsquellen: in grösseren Coop Supermärkten und bei www.mondovino.ch

Maistäschli mit Morchelrahmsauce und Frühlingsgemüse

Maistäschli

- 2 Eier
- 100 g Milch
- 150 g Mehl
- ½ TL Backpulver
- ¾ TL Salz

- 680 g Mais aus der Dose (2 Dosen), abgetropft
- 3 Zweiglein Thymian, Blättchen abgezupft

Gemüse

- 230 g Bundrübli mit wenig Grün, längs geviertelt
- 3 Bundzwiebeln, längs halbiert, quer gedrittelt
- 40 g Olivenöl
- ½ TL Salz
- 2 Prisen Pfeffer

Morchelrahmsauce

- 1 Schalotte, halbiert
- 20 g Butter
- 20 g getrocknete Morcheln, eingeweicht, halbiert, gut gewaschen, abgetropft
- 30 g Cognac
- 200 g Saucen-Halbrahm
- 200 g Wasser
- 1 Gemüsebouillonwürfel (für 0,5 l, z. B. Knorr Natürlich Fein!)

- 1 TL Maizena

Täschli braten

- 20 g Olivenöl

Maistäschli

1 — Eier, Milch, Mehl, Backpulver und Salz in den Mixtopf geben und 20 Sek./Stufe 4 vermischen.

2 — Mais und Thymian zugeben, 10 Sek./Stufe 4 mischen, umfüllen und beiseite stellen. Mixtopf spülen.

Gemüse

3 — Bundrübli und Bundzwiebeln in den Varoma-Behälter geben, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen.

Morchelrahmsauce

4 — Schalotte in den Mixtopf geben, 3 Sek./Stufe 7 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

5 — Butter und Morcheln zugeben und 2 Min./120 °C/Stufe 1 dämpfen.

6 — Cognac, Saucen-Halbrahm, 150 g Wasser und Bouillonwürfel zugeben, Varoma-Behälter aufsetzen, verschliessen und 8 Min./Varoma/Stufe garen. Varoma absetzen.

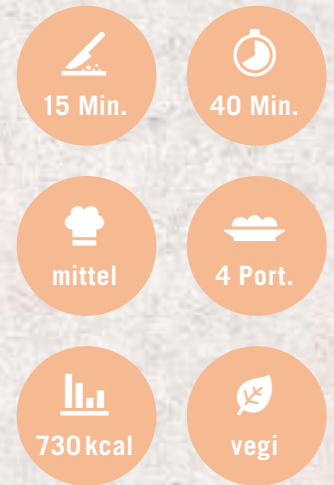
7 — Maizena und 50 g Wasser in einer kleinen Schüssel verrühren, in den Mixtopf zugeben, Varoma wieder aufsetzen und weitere 5 Min./Varoma/Stufe garen.

Täschli braten

8 — In dieser Zeit 20 g Olivenöl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Beiseite gestellte Maismasse in 12 Portionen teilen, portionenweise (in 4 Portionen) bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 2 Minuten braten.

9 — Maistäschli mit dem Gemüse und der Morchelsauce auf Tellern anrichten.

Portion: 730 kcal (3045 kJ) = F 39 g, Kh 71 g, E 16 g



Info

Knorr Natürlich Fein! Gemüsebouillon Würfel aus 100 % natürlichen Zutaten und Meersalz.

100 % natürliche Zutaten, feinstes Meersalz und aromatische Kräuter machen die fettarme Knorr Gemüsebouillon so besonders. Die feine Gemüsebouillon verleiht vegetarischen Gerichten das gewisse Etwas und ist dank der Portionierung auch für kleine Mengen geeignet. Ohne geschmacksverstärkende Zusatzstoffe.







Himbeer-Tiramisu

500 g	tiefgekühlte Himbeeren, 250 g davon aufgetaut
30 g	Holunderblütensirup
40 g	Himbeergeist
20 g	Zucker
150 g	Vollrahm
300 g	Mascarpone
150 g	Löffelbiskuits, in Stücken
50 g	weisse Schokolade, mit dem Sparschäler abgehobelt (siehe Tipp unten)

1 — 250 g aufgetaute Himbeeren, Holunderblütensirup und Himbeergeist in den Mixtopf geben, **3 Min./90 °C/Stufe 2** erwärmen, umfüllen und beiseite stellen. Mixtopf spülen und trocknen.

2 — Zucker in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 10** pulverisieren.

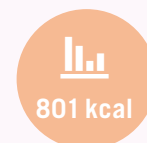
3 — Rahm zugeben, **2 Min./Stufe 3** aufschlagen und dabei Mascarpone löffelweise durch die Öffnung im Mixtopfdeckel auf das laufende Messer zugeben.

4 — Löffelbiskuits, 250 g gefrorene Himbeeren und beiseite gestellte Himbeersauce mit der Mascarpone Masse abwechslungsweise in 4 Gläser (je ca. 2½ dl) schichten. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Stunden fest werden lassen.

5 — Weisse Schokolade über das Tiramisu streuen.

Tipp: Statt tiefgekühlte Himbeeren frische Erdbeeren, in Schnitzen, oder je nach Saison frische Himbeeren verwenden.

Portion: 801 kcal (3326 kJ) = F 55 g, Kh 52 g, E 13 g



Die Portionen sind grosszügig berechnet. Die Menge reicht gut auch für 6 Personen.

Tipp: Die Schokolade ca. 20 Minuten in den Tiefkühler legen. So lassen sich die Späne besser mit einem Sparschäler hobeln.



Eine süß-saure Liebe

Ob alleine oder als Paar: Rhabarber und Erdbeeren sind die Stars der süßen Frühlingsküche. Probieren Sie unsere unwiderstehlichen Desserts. Jedes ist für sich eine Liebeserklärung an die aktuelle Jahreszeit!

Erdbeermousse

100 g Zucker
40 g Wasser
3 Blatt Gelatine, ca. 5 Min. in kaltem Wasser eingeweicht
350 g Erdbeeren 1 EL Zitronensaft
1 frisches Eiweiss
1 Prise Salz
200 g Vollrahm

1 — Zucker in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren und umfüllen.

2 — Wasser in den Mixtopf geben und **2 Min./60°C/Stufe 1** erhitzen.

3 — Gelatine abtropfen, in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 2** rühren, bis die Gelatine komplett aufgelöst ist.

4 — 250 g Erdbeeren, 80 g pulverisierten Zucker und Zitronensaft zugeben und **20 Sek./Stufe 8** pürieren. In eine grosse Schüssel umfüllen, in den Kühlschrank stellen, bis die Masse am Rand leicht fest ist (ca. 30 Minuten). Glatt rühren. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.

5 — **Rühraufsatz einsetzen.** Eiweiss und Salz in den fettfreien Mixtopf geben, **4 Min./Stufe 3.5** steif schlagen. **Rühraufsatz entfernen,** umfüllen.

6 — **Rühraufsatz einsetzen.** Vollrahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen.

7 — Eischnee und Schlagrahm mit dem Spatel sorgfältig unter die Erdbeercreme ziehen. Erdbeermousse in 4 Gläser füllen und zugedeckt im Kühlschrank mindestens 3 Stunden fest werden lassen.

8 — Kurz vor dem Servieren 100 g Erdbeeren in Schnitze schneiden, mit 20 g pulverisiertem Zucker mischen und auf der Erdbeermousse verteilen.

Portion: 311 kcal (1293 kJ) = F 18 g, Kh 33 g, E 4 g



25 Min.

3 Std.
55 Min.

mittel



4 Port.



311 kcal

Diese hübschen Gläser können Sie bei uns bestellen: Anrichte-Gläser «Fina» midi, ab CHF 14.90 bettybossi.ch/onlineshop



Rhabarber-Mohn-Blech Kuchen

290 g Zucker
310 g Butter , weich
5 Eier
25 g Mohnsamen
1 Prise Salz
1 Bio-Zitrone , abgeriebene Schale und 1 EL Saft
310 g Magerquark
310 g Mehl
1 TL Backpulver
800 g roter Rhabarber , geschält, längs halbiert, in ca. 10 cm langen Stängeln
80 g Johannisbeergelee , warm

1 — 30 g Zucker in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren, umfüllen.

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

3 — Butter, Eier, Mohnsamen, Salz und 260 g Zucker in den Mixtopf geben und **1 Min./Stufe 4** schaumig rühren. Zitronenschale und -saft sowie Magerquark, Mehl und Backpulver zugeben, mithilfe des Spatels **30 Sek./Stufe 6** untermischen, auf dem vorbereiteten Backblech verteilen.

4 — Rhabarber und pulverisierten Zucker mischen. Rhabarberstängel dicht nebeneinander auf den Teig legen, ca. 40 Minuten (200 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen.

5 — Kuchen im Blech auf einem Gitter auskühlen, mit Johannisbeergelee bestreichen.

Tipp: Schmeckt frisch am besten.

Stück (1/16): 360 kcal (1503 kJ) = F 20 g, Kh 36 g, E 7 g



Da die Rhabarbersaison relativ kurz ist (von April bis Juni), legen Sie sich am besten gleich einen Vorrat im Tiefkühler an. So gehts: Stängel schälen, in Stücke schneiden, auf einem Blech verteilen, einfrieren und anschliessend lose Portionen tiefkühlgerecht verpacken.







Erdbeer-Quarktorte mit Marshmallows

Öl zum Bestreichen

100 g Löffelbiskuits und
14 Löffelbiskuits,
halbiert für den Rand

75 g Butter
4 Blatt Gelatine
100 g Wasser, kalt

250 g Erdbeeren
50 g Zucker
250 g Magerquark

20 g Wasser, siedend

1 Eiweiss
1 Prise Salz

100 g Vollrahm
50 g Marshmallows,
geviertelt

1 — Eine Springform (ca. 20 cm Ø) mit wenig Öl bestreichen, mit Klarsichtfolie auslegen.

2 — 100 g Löffelbiskuits in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 7** zerkleinern.

3 — Butter zugeben und **1 Min. 30 Sek./70°C/Stufe 1** schmelzen. Springform auf eine Kuchenplatte stellen, Löffelbiskuit-Masse auf dem Boden der Springform verteilen, gut andrücken. Halbierte Löffelbiskuits dem Rand entlang (senkrecht) in den Boden drücken, kühl stellen. Gelatine in einer Schüssel mit dem kalten Wasser einweichen. Mixtopf spülen.

4 — 150 g Erdbeeren und Zucker in den Mixtopf geben, **30 Sek./Stufe 9** pürieren. Püree durch ein Sieb in eine Schüssel umfüllen. Magerquark dazugeben, verrühren. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.

5 — Gelatine gut ausdrücken, mit dem siedenden Wasser in einer Schüssel auflösen. 2 EL Quarkmasse darunterrühren, sofort unter die restliche Masse rühren.

6 — **Rühraufsatz einsetzen.** Eiweiss und Salz in den fettfreien Mixtopf geben und **1 Min./Stufe 3.5** steif schlagen, umfüllen.

7 — Rahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen. Mit dem Eischnee und den Marshmallows unter die Quarkmasse ziehen.

8 — Masse auf dem Löffelbiskuit-Boden verteilen und zugedeckt im Kühlschrank ca. 4 Stunden fest werden lassen. Formenrand entfernen, Torte auf eine Platte schieben. Restliche Erdbeeren halbieren, auf der Quarktorte verteilen.

Haltbarkeit: zugedeckt im Kühlschrank ca. 1 Tag.

Stück (1/8): 256 kcal (1067 kJ) = F 14 g, Kh 24 g, E 7 g



30 Min.



4 Std.
45 Min.



mittel



8 Stück



256 kcal



Knusper-Erdbeercake

125 g **Butter**, weich, und
1 EL, kalt, in Flocken

150 g **Zucker**

1 Prise **Salz**

4 **Eier**

175 g **Mehl**

1 TL **Backpulver**

100 g **Bananen**, in Stücken
(5 cm)

200 g **Knuspermüesli mit
getrockneten Beeren**

150 g **Erdbeeren**, halbiert

1 EL **Puderzucker**
zum Bestäuben

1 — Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine Cakeform (ca. 25 cm) mit Backpapier auslegen.

2 — 125 g Butter, 135 g Zucker, Salz und Eier in den Mixtopf geben und **1 Min./Stufe 4** schaumig rühren.

3 — Mehl und Backpulver zugeben, mithilfe des Spatels **30 Sek./Stufe 5** verrühren.

4 — Bananen und 150 g Knuspermüesli zugeben und **5 Sek./Stufe 5** vermischen. Erdbeeren mit dem Spatel daruntermischen. Teig in die vorbereitete Form füllen.

5 — 50 g Knuspermüesli und 1 EL kalte Butterflöckli auf dem Teig verteilen und 15 g Zucker darüberstreuen. Cake ca. 65 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen. Cake mit Puderzucker bestäuben.

Stück (1/2): 296 kcal (1237 kJ) = F 13 g, Kh 37 g, E 6 g



15 Min.



1 Std.
20 Min.



einfach



12 Stück



296 kcal

Haltbarkeit: in Folie
eingepackt im Kühl-
schrank ca. 2 Tage.



Rhabarbercreme mit Erdbeeren

100 g weisse Schokolade,
in Stücken

600 g Rhabarber, in Stücken
(1 cm)

1 EL Wasser

45 g Vanillezucker

200 g Halbrahm, kalt

180 g Joghurt nature

100 g Erdbeeren, geviertelt

1 — Weisse Schokolade in den Mixtopf geben, **2 Sek./Stufe 7** grob hacken und in eine Schüssel umfüllen.

2 — Rhabarber, Wasser und Vanillezucker in den Mixtopf geben und **6 Min./100°C/☞/Stufe 4** aufkochen. Schokolade zugeben und **15 Sek./☞/Stufe 4** mischen. In ein Sieb umfüllen, über einer Schüssel abtropfen, auskühlen. Mixtopf spülen und trocknen.

3 — **Rühraufsatz einsetzen.** Halbrahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen. **Rühraufsatz entfernen.**

4 — Abgetropften Rhabarber und Joghurt zum geschlagenen Rahm in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 2** unterheben.

5 — Rhabarbercreme in Gläser füllen, mit Erdbeeren verzieren.

Tipp: Einige Pfefferminzblätter darüberstreuen.

Portion: 379 kcal (1545 kJ) = F 24 g, Kh 32 g, E 6 g



15 Min.



20 Min.



einfach



4 Port.



379 kcal



Rhabarber-Schokolade-Kuchen

100 g	dunkle Schokolade, in Stücken
210 g	Butter, weich, und etwas mehr zum Einfetten
200 g	Zucker
1 Prise	Salz
4	Eier
250 g	Mehl
1 TL	Backpulver
400 g	Rhabarber, geschält, in Stücken (2 cm)
1 Päckli	Vanillezucker
45 g	Doppelrahm

1 — Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine Springform (ca. 24 cm Ø) mit Backpapier belegen, Rand einfetten.

2 — 50 g Schokolade in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 6** grob hacken, umfüllen, beiseite stellen.

3 — 150 g Butter, Zucker, Salz und Eier in den Mixtopf geben und **1 Min./Stufe 4** schaumig rühren.

4 — Mehl und Backpulver zugeben und **30 Sek./Stufe 5** verrühren.

5 — Rhabarber und gehackte Schokolade zugeben und **10 Sek./Stufe 5** vermischen. Teig in die vorbereitete Springform füllen.

6 — Kuchen ca. 50 Minuten (180 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen. Formenrand entfernen.

7 — 50 g Schokolade in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

8 — 60 g Butter, Vanillezucker und Doppelrahm zugeben und **2 Min./50 °C/Stufe 3** schmelzen. Creme im Mixtopf auskühlen, ca. 10 Minuten kühl stellen. **Rühraufsatz einsetzen** und **1–2 Min./Stufe 3** aufschlagen.

9 — Schokoladecreme in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 10 mm Ø) füllen, dem Rand entlang auf den Kuchen spritzen.

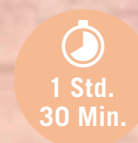
Tipps

– Statt mit Schokoladecreme mit 1 Beutel Kuchenglasur, geschmolzen, verzieren.

– Schokoladecreme statt mit einem Spritzsack mit dem Spatel auf dem Kuchen verteilen.

Haltbarkeit: zugedeckt im Kühlschrank ca. 3 Tage.

Stück (1/2): 376 kcal (1570 kJ) = F 23 g, Kh 37 g, E 5 g



Rhabarber bleibt länger frisch, wenn er ca. 3 cm tief ins Wasser gestellt wird (Blätter am Stängel lassen). Oder: Das Gemüse in ein feuchtes Tuch einpacken und kühl stellen. Letzteres gilt übrigens auch für Spargeln. Haltbarkeit: ca. 4 Tage, Spargeln ca. 2 Tage.

Erdbeer-Quarkroulade

140 g Zucker und 2 EL
zum Bestreuen

1 Vanillestängel

3 Eier

90 g Mehl

1 Prise Salz

250 g Vollrahm

150 g Rahmquark

300 g Erdbeeren, in Würfeli

1 — Backofen auf 220 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2 — 50 g Zucker und Vanillestängel in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren, umfüllen und beiseite stellen.

3 — **Rühraufsatz einsetzen.** Eier und 90 g Zucker in den Mixtopf geben und **6 Min./37 °C/Stufe 4** schaumig rühren. Dann weitere **6 Min./Stufe 4** schlagen.

4 — Mehl und Salz rechts und links neben dem Rühraufsatz zugeben und **4 Sek./Stufe 3** unterheben. **Rühraufsatz entfernen.** Mit dem Spatel das Mehl noch etwas mehr unterheben. Biskuitteig auf dem vorbereiteten Backblech ausstreichen und sofort ca. 7 Minuten (220 °C) in der Mitte des Backofens backen. Mixtopf spülen.

5 — Ein sauberes Geschirrtuch mit 2 EL Zucker bestreuen. Biskuit aus dem Backofen nehmen und sorgfältig, mit dem Backpapier nach oben, auf das Geschirrtuch stürzen. Mit einem feuchten Tuch über das Backpapier streichen, Backpapier sorgfältig ablösen. Biskuit mit dem umgedrehten Blech zudecken, auskühlen.

6 — **Rühraufsatz einsetzen.** Rahm in den Mixtopf geben und unter Beobachtung **ohne Zeiteinstellung/Stufe 3** bis zur gewünschten Festigkeit steif schlagen. **Rühraufsatz entfernen.** Rahm in eine Schüssel umfüllen und beiseite stellen.

7 — Rahmquark und beiseite gestellten Vanillezucker in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** verrühren. Rahm mit dem Spatel sorgfältig darunterziehen.

8 — $\frac{2}{3}$ der Creme und die Hälfte der Erdbeeren auf dem Biskuit verteilen, dabei ringsum einen Rand von ca. 1 cm frei lassen. Biskuit satt aufrollen. Restliche Creme und Erdbeeren auf der Roulade verteilen.

Tipp: Die Roulade schmeckt frisch am besten.

Stück (1/6): 303 kcal (1266 kJ) = F 16 g, Kh 33 g, E 6 g



Mit überreifen oder übrig gebliebenen Erdbeeren lässt sich mit dem Thermomix® in Sekundenschnelle ein herrliches Fruchtピューree zaubern. Beeren, Puderzucker und etwas Zitronensaft mixen – fertig. Zur Quarkroulade oder mit Joghurt zum Frühstück servieren. Weitere allgemeine Tipps und Ideen zum cleveren Umgang mit Lebensmitteln finden Sie in unserem neuesten Werk «Restenlos geniessen».



Für einen lieblich-romantischen
Touch die Roulade mit essbaren
Blüten verzieren.



MADE WITH LOVE

Warum immer auf Geburtstage oder Weihnachten warten? Es gibt doch auch unter dem Jahr genügend Gelegenheiten, jemandem eine Freude zu machen. Hier kommen drei tolle Geschenkideen zum Anbeissen.



CANTUCCI ALLA MANDORLA

150 g Mandeln
1 Bio-Orange , nur dünn abgeschälte Schale
3 Eier
200 g Zucker
2 Prisen Salz
300 g Mehl und etwas mehr zum Formen
¼ TL Backpulver

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

2 — Mandeln auf dem Backblech verteilen und ca. 10 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens rösten. Mandeln herausnehmen, in eine Schüssel umfüllen.

3 — 50 g geröstete Mandeln und Orangenschale in den Mixtopf geben, **8 Sek./Stufe 8** zerkleinern, umfüllen.

4 — **Rühraufsatz einsetzen.** Eier, Zucker und Salz zugeben und **12 Min./Stufe 3.5** verrühren. **Rühraufsatz entfernen.**

5 — Mehl, Backpulver und Mandel-Orangenschalen-Mischung zugeben, **20 Sek./Stufe 4** mischen.

6 — 100 g geröstete Mandeln zugeben und **30 Sek.** kneten. Teig in eine Schüssel umfüllen, ca. 20 Minuten kühl stellen. Teig in 4 Portionen teilen. Jede Portion auf wenig Mehl zu einer ovalen Rolle (ca. 3 cm Ø) formen und auf das vorbereitete Backblech legen.

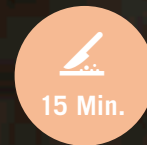
7 — Cantucci ca. 20 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, etwas abkühlen. Backofentemperatur auf 180 °C reduzieren.

8 — Cantucci-Rollen schräg in Scheiben (ca. 2 cm) schneiden und die Scheiben nochmals ca. 8 Minuten (180 °C) backen. Backofen ausschalten, Cantucci ca. 15 Minuten im ausgeschalteten Backofen trocknen lassen, dabei Backofentür mit einem Kellenstiel einen Spalt breit offen halten. Cantucci herausnehmen, auf einem Gitter auskühlen.

Tipp: Cantucci zum Kaffee servieren.

Haltbarkeit: in einer Dose gut verschlossen ca. 1 Monat.

Stück: 58 kcal (245 kJ) = F 2 g, Kh 8 g, E 2 g



ERDBEER-EIERLIKÖR

130g Zucker

500g Erdbeeren

150g Vollrahm

50g Wasser

2 Eigelb

150g weisser Rum

1 — Zucker in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren.

2 — Erdbeeren, Vollrahm, Wasser, Eigelb und Rum zugeben, **8 Min./70 °C/Stufe 4** erwärmen.

3 — Danach mit dem Messbecher eingesetzt **20 Sek./Stufe 5–9** ansteigend pürieren, in 4 Flaschen (je ca. 2½ dl) umfüllen, verschliessen, abkühlen, im Kühlschrank aufbewahren und kalt servieren.

Tipp: Likör zum Servieren in kleine Gläser füllen, mit Erdbeeren und Minze verzieren.

Haltbarkeit: gut verschlossen im Kühlschrank ca. 2 Wochen.

Portion (1 dl): 175 kcal (730 kJ) = F 7 g, Kh 17 g, E 1 g



5 Min.



15 Min.



einfach



10 Port.



175 kcal



SCHOKO-HASELNUSS-AUFSTRICH

200 g Haselnüsse

200 g dunkle Schokolade,
in Stücken

25 g Kokosöl

15 g Puderzucker

10 g Vanillepaste

¼ TL Fleur de Sel

1 — Backofen auf 200°C vorheizen.

2 — Haselnüsse auf einem Backblech verteilen und ca. 14 Minuten (200°C) in der Mitte des Backofens rösten, bis die Häutchen aufspringen. Nüsse herausnehmen und zwischen einem Geschirrtuch hin und her bewegen, bis sich alle Häutchen gelöst haben.

3 — Geröstete, enthäutete Haselnüsse in den Mixtopf geben, **15 Sek./Stufe 10** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

4 — Nochmals **10 Sek./Stufe 10** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

5 — Dann **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

6 — Erneut **10 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

7 — Mithilfe des Spatels **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

8 — Erneut mithilfe des Spatels **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

9 — Erneut mithilfe des Spatels **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. Nusspaste umfüllen. Mixtopf gründlich spülen und trocknen.

10 — Schokolade in den Mixtopf geben, **6 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

11 — Kokosöl zugeben und **2 Min./50°C/Stufe 3** schmelzen.

12 — Nusspaste, Puderzucker, Vanillepaste und Fleur de Sel zugeben und **15 Sek./Stufe 4** verrühren. Schoko-Nuss-Aufstrich in zwei saubere, vorgewärmte Einmachgläser (je ca. 2 dl) füllen, sofort verschliessen.

Tipp: Nicht im Kühlschrank aufbewahren, sonst verliert der Aufstrich seine Cremigkeit.

Haltbarkeit: bei Raumtemperatur ca. 1 Woche.

Portion (ca. 100 g): 663 kcal (2755 kJ) = F 51 g, Kh 36 g, E 10 g



15 Min.



30 Min.



einfach



4 Port.

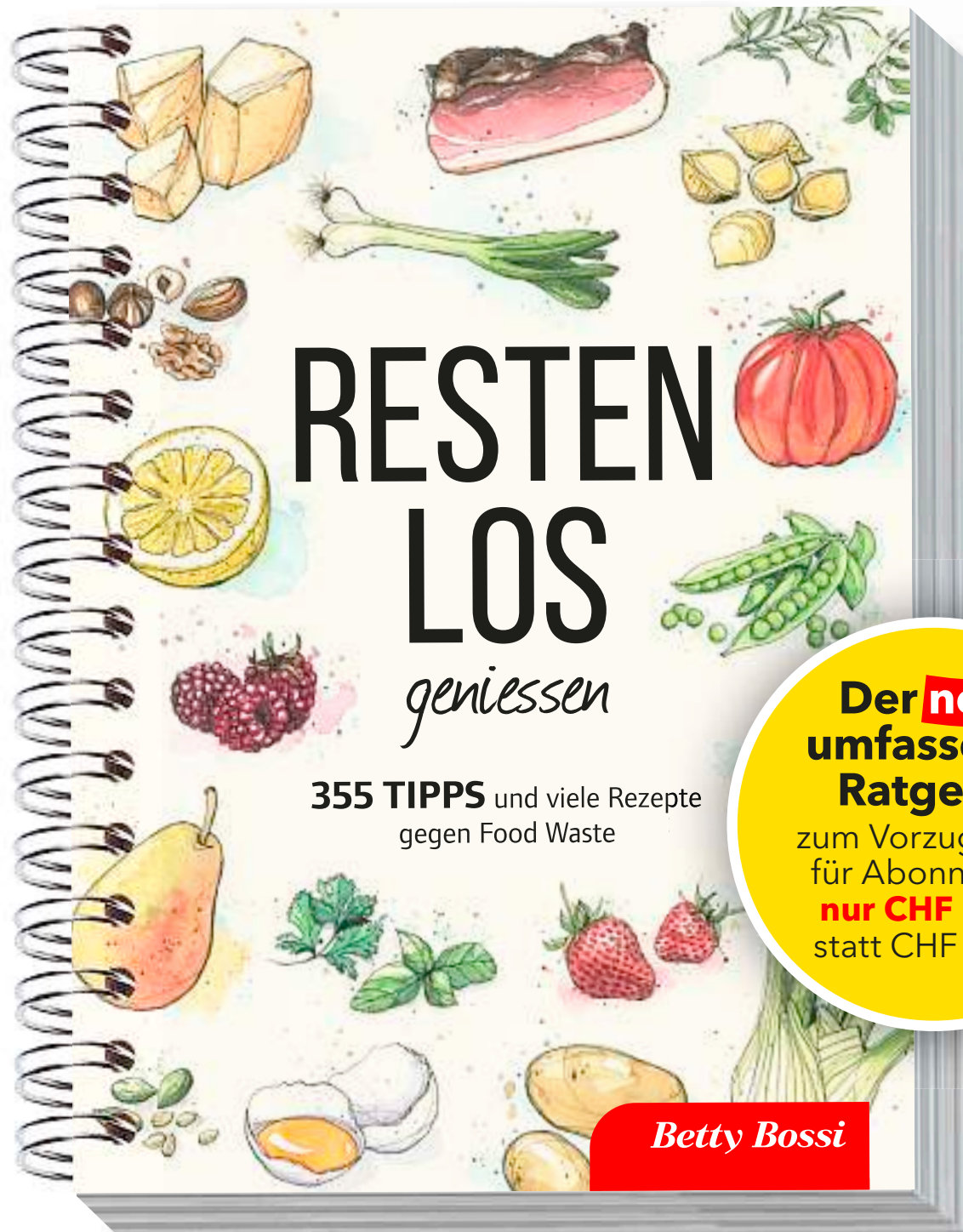


663 kcal



Betty Bossi

bettybossi.ch/restenlos



RESTEN LOS *geniessen*

355 TIPPS und viele Rezepte
gegen Food Waste

Der **neue**
umfassende
Ratgeber

zum Vorzugs-Preis
für Abonnenten:
nur CHF 29.90
statt CHF 36.90!

Betty Bossi

355 Tipps für weniger Lebensmittelabfall

Das Buch enthält keine Thermomix®-Rezepte.

NEU!

Schnelles Beerensorbet mit Meringue

250 g tiefgekühlte Heidelbeeren

250 g tiefgekühlte Himbeeren

50 g Meringue-Schalen

Heidelbeeren, Himbeeren und 40 g Meringue-Schalen in den Mixtopf geben und mithilfe des Spatels **1 Min. 30 Sek./Stufe 5** cremig rühren. Sorbet in Schälchen anrichten. Restliche Meringue-Schalen zerbröckeln, darüberstreuen. Sofort servieren.

Portion: 119 kcal (500 kJ) =
F 1 g, Kh 23 g, E 2 g



5 Min.



5 Min.



einfach



4 Port.



119 kcal

EXPRESS
DESSERT

GIPFELSTURM

Machen Sie sich auf eine Schlacht am Party-Buffer gefasst: Ihre Gäste werden sich um diese herrlichen Gipfeli reißen. Dank dem **Thermomix**[®] und dem **BIG Gipfeler** von Betty Bossi ist die Vorbereitung das reinste Kinderspiel. Sie können dem Sturm also ganz entspannt entgegensehen.



RICOTTA-BÜNDNERFLEISCH-GIPFELI

80 g Butter, in Stücken, kalt

175 g Mehl und etwas mehr zum Auswallen

250 g Ricotta

¼ TL Backpulver

¼ TL Salz

100 g Bündnerfleisch in Tranchen

10 g Bärlauch

1 EL Wasser zum Bestreichen

1 Ei, verklöpft

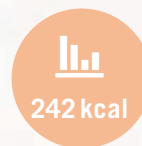
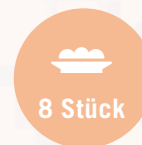
1 — Ofen auf 200 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2 — Butter, Mehl, 80 g Ricotta, Backpulver und Salz in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 4** vermischen. Teig zu einer Kugel formen, flach drücken, kühl stellen.

3 — Bündnerfleisch und Bärlauch in den Mixtopf geben und **7 Sek./Stufe 6** zerkleinern.

4 — 170 g Ricotta zugeben und mithilfe des Spatels **5 Sek./Stufe 5** verrühren. Teig mit dem Wallholz auf wenig Mehl rund (ca. 32 cm Ø) auswallen. BIG Gipfeler auf Teig legen und gleichmässig in den Teig drücken. Mitte gut andrücken. Füllung mit dem Streichspachtel in die Vertiefungen streichen. BIG Gipfeler rechts und links anheben und wegnehmen. Teigstücke zur Spitze hin aufrollen, seitliche Enden leicht zusammendrücken. Teigspitzen mit wenig Wasser bestreichen. Gipfeli aufs vorbereitete Blech legen, mit wenig Ei bestreichen. Gipfeli ca. 30 Minuten (200 °C) in der Mitte des Backofens backen. Herausnehmen, etwas abkühlen. Gipfeli warm oder kalt servieren.

Stück: 242 kcal (1013 kJ) =
F 15 g, Kh 17 g, E 11 g



Der BIG Gipfeler ist ab CHF 24.90 in unserem Online-Shop erhältlich: bettybossi.ch/onlineshop

Schneller gehts, wenn Sie einen ausgewallten Fertig-Kuchenteig (ca. 32 cm Ø) verwenden.



Nur **Fr. 19'700.-**
 Vorher: Fr. 22'300.-
 Sie sparen: Fr. 2'600.-

SPRING

Keramik grau Nachbildung

Kurze Wege, sinnvolle Arbeitsabläufe und clever strukturierter Stauraum sind die wichtigsten Aspekte einer Küchenplanung. Küchen in U-Form bieten gerade auf kleinen Grundrissen hier oft eine gute Lösung.

Masse: 180x330x280 + 280 + 120 cm

Inklusive Markengeräte von **BOSCH**

- Backofen
- Geschirrspüler
- Schublüfter
- Kühlschrank
- Glaskeramik-Kochfeld



Mehr Stauraum! Die neue Generation Küche.



Nur **Fr. 12'800.-**
 Vorher: Fr. 14'900.-
 Sie sparen: Fr. 2'100.-

SPRING

Alpinweiss, Balkeneiche Nachbildung

Auf kleinen Grundrissen zählt jeder Zentimeter Stauraum. Mit der neuen Generation der XL-Höhe erreichen Sie 10 Prozent mehr Stauraum in Unterschränken. In den Hochschränken wird die Linienführung der XL-Höhe konsequent fortgesetzt. Masse: 280x290 cm

Inklusive Markengeräte von **BOSCH**

- Einbauherd
- Glaskeramik-Kochfeld
- Geschirrspüler
- Kühlschrank
- Dunstesse



Individuell veränderbar, preisgleich lieferbar in 8 verschiedenen Frontfarben.

Fust Badezimmer

Umbauen aus einer Hand!

Zwei Beispiele perfekter Umbauorganisation von A bis Z



Vor dem Umbau



Nach dem Umbau



Vor dem Umbau



Nach dem Umbau



Umbauen und Renovieren alles aus einer Hand! Mit Fust Baumanagement sorgenfrei umbauen!

Unser Leistungspaket:

- Abklären Ihrer Bedürfnisse und der baulichen Gegebenheiten
- Erarbeiten individueller Umbaulösungen
- Erstellen der Offerte mit detaillierter Beschreibung der Umbauarbeiten
- Übernahme des gesamten Umbaus zu einem fixen Preis ohne nachträgliche Überraschungen
- Ausarbeiten des detaillierten Terminprogramms
- Einsatz, Koordination und Leitung der verschiedenen Arbeitsschritte aller Handwerker wie Demontage, Entsorgung, Maurer, Elektriker, Heizungstechniker, Sanitär, Gipser, Plättlleger, Maler usw.
- Volle Garantie auf alle Bauleistungen durch die Dipl. Ing. Fust AG

Heimberatung – Kostenlos und unverbindlich.

Wir kommen zu Ihnen nach Hause und planen Ihr Bad dort, wo es später auch stehen soll. So können Sie sicher sein, dass auch alles genau passt.

Jetzt Heimberatung anfordern: Tel. 0848 844 100 oder Mail an: kuechen-baeder@fust.ch

Ausstellungsküchen zum 1/2 Preis! Sie sparen 50% und mehr!

Wir benötigen Platz für Neuheiten unserer Lieferanten und verkaufen 30 Küchen zu Sondernettopreisen! Diese werden massgenau auf Ihren Raum angepasst. Jetzt profitieren!

AG: Spreitenbach, 056 418 14 20 • Suhr, 062 855 05 40 • Wohlen, 056 619 14 70 • BE: Biel, 032 344 16 04 • Langnau i. E., 034 408 10 42 • Lyssach, 034 428 21 40 • Niederwangen, 031 980 13 32 • Thun, 033 225 14 44 • BL: Füllinsdorf, 061 906 95 10 • Oberwil, 061 406 90 20 • FR: Villars-sur-Glâne, 026 409 71 30 • GR: Chur, 081 257 19 50 • LU: Emmenbrücke, 041 268 64 30 • SG: Jona-Rapperswil, 055 225 37 10 • Mels, 081 720 41 30 • Oberbüren-Uzwil, 071 955 51 27 • St. Gallen-Neudorf, 071 282 37 77 • SH: Schaffhausen, 052 633 02 80 • SO: Egerkingen, 062 389 00 66 • Zuchwil, 032 686 81 36 • TG: Frauenfeld, 052 725 01 55 • TI: Giubiasco, 091 850 10 24 • Grancia, 091 960 53 90 • VS: Visp-Eyholz, 027 948 12 50 • ZG: Zug, 041 726 70 35 • ZH: Hinwil, 044 938 38 65 • Horgen, 044 718 17 67 • Volketswil, 044 908 31 51 • Glattzentrum, 044 839 50 90 • Winterthur, 052 235 15 05 • Zürich, 044 296 66 90



- Bitte senden Sie mir kostenlos das 224seitige Küchenmagazin
- Bitte senden Sie mir kostenlos das 252seitige Badezimmermagazin.
- Ich wünsche eine unverbindliche Beratung bei mir zu Hause. Bitte rufen Sie mich zur Terminvereinbarung an.

Jetzt die über 220seitigen Magazine per Mail bestellen: kuechen-baeder@fust.ch oder Coupon ausschneiden und einsenden an: Dipl. Ing. FUST AG, Riedmoosstrasse 10, 3172 Niederwangen

Name: _____ E-Mail: _____
 Vorname: _____ Telefon P: _____
 Adresse: _____ Telefon G: _____
 PLZ/Ort: _____ Mobile: _____

DER KLASSIKER
Schwiizer
Chuchi

Aargauer Rüeblitorte

550 g Zucker

5 Eiweisse

1 Prise Salz

250 g Rüebl, geschält,
in Stücken (3 cm)

250 g Mandeln

1 Bio-Zitrone,
dünn abgeschälte Schale,
Saft beiseite gestellt

80 g Mehl

2 TL Backpulver

5 Eigelbe

4 EL Kirsch

3–4 EL Wasser

12 Marzipanrüebl

1 — Backofen auf 180 °C vorheizen. Boden einer Springform (ca. 24 cm Ø) mit Backpapier belegen.

2 — 300 g Zucker in den Mixtopf geben und **15 Sek./Stufe 10** pulverisieren, in eine Schüssel umfüllen und beiseite stellen.

3 — **Rühraufsatz einsetzen.**

Eiweisse, Salz und 1 EL des pulverisierten Zuckers in den fettfreien Mixtopf geben, **4 Min./Stufe 3.5** steif schlagen, **Rühraufsatz entfernen**, Eischnee in eine grosse Schüssel umfüllen.

4 — Rüebl, Mandeln und Zitronenschale in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 7** zerkleinern. Mit dem Spatel auflockern.

5 — Nochmals **5 Sek./Stufe 7** zerkleinern.

6 — 250 g Zucker, beiseite gestellten Zitronensaft, Mehl, Backpulver, Eigelbe und 2 EL Kirsch zugeben, mithilfe des Spatels **15 Sek./Stufe 5** mischen, in die Schüssel zum Eischnee geben. Mit dem Spatel sorgfältig mischen.

7 — Teig in die vorbereitete Springform geben und ca. 50 Minuten (180 °C) in der unteren Hälfte des Backofens backen. Herausnehmen, etwas abkühlen, Formenrand entfernen, auf ein Gitter stürzen, Backpapier entfernen, auskühlen.

8 — Wasser und 2 EL Kirsch zum pulverisierten Zucker geben, verrühren, auf der Tortenmitte verteilen. Glasur durch Hin- und Herbewegen über die Oberfläche und den Rand fließen lassen. Marzipanrüebl auf die noch feuchte Glasur legen, trocknen lassen.

Tipp: Statt Kirsch Zitronensaft verwenden.

Stück (1/2): 399 kcal (1674 kJ) =
F 13 g, Kh 56 g, E 8 g



20 Min.



2 Std.



einfach



12 Stück



399 kcal



35

Prozent des Vitamin-D-Bedarfs

Ein Ei kann bis zu einem Drittel des täglichen Vitamin-D-Bedarfs decken. Das ist besonders für Vegetarier interessant, da sie auf die besten Vitamin-D-Lieferanten tierischen Ursprungs wie Fische verzichten. Natürlich muss das Huhn an der Sonne herumspaziert sein, damit sich ein hoher Gehalt an Vitamin D im Ei aufbauen konnte. Darum möglichst Freiland- oder Bio-Eier kaufen.

Alles klar?



Der aufgedruckte Zahlencode auf dem Ei schafft Klarheit: Er verrät genau, wo das Ei herkommt. Und so lesen Sie den Code: Die erste Zahl gibt die Qualität an.

0 = Bio
1 = Freilandhaltung
2 = Bodenhaltung
3 = Käfighaltung (in der Schweiz verboten)
Dann folgt der Ländercode: CH = Schweiz
Nach dem Legedatum folgt eine mehrstellige Zahl, die den Produzenten identifiziert.
Auf www.eiag.ch kann man unter der Rubrik «Eier-Information, Rückverfolgbarkeit Produzent» diese Nummer eingeben und Namen und Adresse des Herstellers erfahren.

Rassiger Käse-Dip

10g Meerrettich, geschält, 10g Ingwer, geschält, und 1 roter Chili, entkernt, in Stücken, in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. 400g Hüttenkäse nature, 1 EL Aceto balsamico bianco, 1 EL Rapsöl und ¼ TL Salz zugeben und 15 Sek./Stufe 6 pürieren. Passt zu: gerösteten Brotscheiben und Gemüsestängeli.



Frischetest

Frische Spargeln erkennt man an geschlossenen, festen Köpfen und einer glänzenden, nicht schrumpeligen Schnittfläche. Leider ist diese aber meistens von der Papiermanschette verdeckt. Die Frische kann auch geprüft werden, indem man einen Spargel leicht zwischen den Fingern dreht: Es sollte ein leichtes Knistern zu hören sein.

Wähen & Co.

Wähen, Torten und Quiches sicher aus der Form heben! Mit unserem **Wähenblech «Lupf-Rutsch»** bricht keine Wähe mehr auseinander, und der extrahohe Rand sorgt für mehr Knusprigkeit.

Wähenblech «Lupf-Rutsch», ab CHF 28.50. Infos und Bestellmöglichkeiten finden Sie auf unserer Website.



Frühlings-Power: Kresse

Belebt und bringt Abwechslung in die Küche: Kresse. Neben der ganzjährig erhältlichen Gartenkresse ist jetzt auch Brunnenkresse erhältlich. Sie gedeiht nur in sauberen, fliessenden Gewässern und wird im Winterhalbjahr geerntet. Sie kann wie Gartenkresse verwendet werden.

Beide Sorten enthalten scharf schmeckende Senföle, die eine antibakterielle Wirkung haben. Zudem enthalten sie viel Vitamin C, das ebenfalls vor Infektionen schützt und der Frühjahrsmüdigkeit entgegenwirken kann.



Der Klassiker: Sauce Hollandaise

150 g Butter in den Mixtopf geben, **4 Min./70 °C/ Stufe 2** schmelzen, in einen Messbecher umfüllen. **Rühraufsatz einsetzen. 2 EL Weisswein, ½ EL Aceto balsamico bianco, 2 Eigelb, ¼ TL Salz und 1 Prise Pfeffer** in den Mixtopf geben und **2 Min./70 °C/ Stufe 3.5** erhitzen. Dann **4 Min./70 °C/ Stufe 3.5** emulgieren und dabei die geschmolzene Butter langsam auf den Mixtopfdeckel geben, sodass sie in einem dünnen Strahl am Messbecher vorbei auf das laufende Messer rinnt. Hollandaise in einer Sauciere anrichten. **Tipp:** Bärlauch, fein geschnitten, oder wenig abgeriebene Bio-Orangenschale unter die Hollandaise mischen. Passt hervorragend zu Spargeln.



Hübsch eingetopft



Bei einer Party oder einer grösseren Einladung mit Buffet stellt sich schnell einmal die Frage: Wohin mit all dem Besteck? Eine hübsche Idee sind bunt bemalte Blumentöpfe. Mit Sprühfarbe geht das Färben des Tons sogar noch besser, schneller und gleichmässiger. Beim weiteren Verzieren der Töpfe sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Ob mit Bändern, Etiketten oder ausgeschnittenen Motiven: Alles ist möglich! Am besten passen Sie die Verzierung dem jeweiligen Motto der Einladung an. So kann das Besteck zu jedem Anlass passend präsentiert werden.

Einfach beeindrucken

Ein hübscher Teigrand lässt jede Wähe zum Hingucker werden. Hier ein paar super einfache, aber wirkungsvolle Arten, rasch einen tollen Rand hinzubekommen:



ERDBEER-DAIQUIRI

50 g Zucker

500 g Erdbeeren

500 g Eiswürfel

1 Limette, nur Saft

50 g Rum

1 — Zucker in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 10** pulverisieren.

2 — Erdbeeren, Eiswürfel, Limettensaft und Rum zugeben, **25 Sek./Stufe 8** pürieren.

3 — Daiquiri in vorgekühlte Gläser gießen, mit einem Trinkhalm sofort servieren.

Tipps

- Statt Erdbeeren andere Obstsorten, in Stücken, verwenden.
- Statt Rum Fruchtsaft verwenden.

Portion: 135 kcal (565 kJ) =
F 1 g, Kh 22 g, E 1 g



5 Min.



10 Min.



einfach



4 Port.



135 kcal



Betty Bossi

Sichern Sie sich schon heute die nächste Nummer von «Betty Bossi mix»!

Jetzt, wo Sie das neue Traumpaar der Schweizer Küche kennengelernt haben, wollen Sie sicher wissen, wie die Story weitergeht. So viel sei verraten: Diese Liebe geht durch den Magen...



Jetzt
bestellen:

→ www.bettybossi.ch/mix-abo

→ oder 044 209 19 29*

*CH-Festnetzтарif, Mo–Fr, 8.00–17.00 Uhr

Jahres-Abo

4 saisonale Ausgaben
für nur CHF

39.90



Thermomix®-Showküche in Wallisellen, Zürich

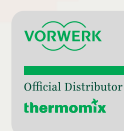
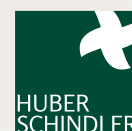
Gleich beim Einkaufszentrum Glatt steht seit Neuestem die erste Thermomix® Showküche der Schweiz. Hier ist jeder willkommen, ob zu Thermomix® Kochkursen und -veranstaltungen, zum Informationsaustausch, Vorführungen und Einführungen, Workshops oder bei Fragen rund um den Thermomix®.

Erleben Sie den Thermomix® hautnah vor Ort.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Termine nach Vereinbarung

Nennen Sie uns Ihren Terminwunsch.
Wir sind täglich für Sie da.

Showküche Zürich
Richtiarkade 20
8304 Wallisellen
Telefon: 044 313 93 43
E-Mail: zuerich@huber-schindler.ch
Web: www.thermomix.ch



Huber-Schindler AG
Offizieller Distributor
Thermomix®
Pilatusstrasse 29
6036 Dierikon