

## „Buchstabensuppe“

### Für die Geflügel Brühe

1 Suppenhuhn	waschen, viertel und mit
Wasser, Salz und Suppengemüse	schön langsam zu einer Brühe köcheln lassen. Selbstverständlich geht dieses Rezept auch mit einer Gemüsebrühe. Vom Gemüse einen Teil zurück behalten für die Einlage der Suppe
<b>Selbst gemachte Suppenwürze</b>	Das Rezept findet man unter <a href="http://www.oberstrifftsahne.com">www.oberstrifftsahne.com</a> . Im Herbst aus frischem Suppengemüse eine Paste herstellen, mit vielen Gewürzen. Eignet sich für Brühe, Soßen und Pasta.
Die fertige Brühe	Durch ein Sieb abgießen. Das Fleisch zerkleinern, es eignet sich noch sehr gut für einen Geflügelsalat.
<b>Für die Wildkräuterklößchen</b>	
100 gr. Butter	schaumig rühren
2 Eier	unterrühren
100 gr. Mehl	darüber sieben und gut vermengen
Wildkräuter	je nach Saison sammeln, waschen, trocken tupfen und mit dem Blitzhacker pürieren. Unter die Masse mischen. Kalt stellen.
Wasser+ Salz kochen	Mit dem TL kleine Nocken abstechen und in siedendem Wasser gar ziehen lassen, herausnehmen und beiseite stellen.
<b>Für die Buchstaben</b>	
2 Kohlrabi , 1 Rote Bete	in dünne Scheiben schneiden oder hobeln
Wasser	in Wasser bissfest kochen. Der Kohlrabi sollte sich färben. Daraus die Buchstaben ausstechen
<b>Für die Gemüseeinlage</b>	
Suppengemüse (Karotte, Lauch, Sellerie), Blumenkohl, Brokkoli	in kochendem Wasser einzeln bissfest kochen und sofort abschrecken, damit es die Farbe behält. In mundgerechte Größe teilen.

Die Einlagen auf dem Suppenteller portionsweise anrichten und mit der heißen Brühe übergießen. Mit Petersilie und Wildkräutern bestreuen und unbedingt Gänseblümchen verwenden ;)

### Rezept Petra Hermann



## „Heißer Mini-Hund“

### Für Teig und Würstchen

250 gr.Mehl, 1 TL Salz	
1 Pkt.Trockenhefe, 2 EL Öl 100 ml lauwarmes Wasser	zu einem Teig kneten und 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen
	In haselnussgroße Stücke (ca. 8gr.) teilen und zu einer kleinen Rolle formen
13 Wiener Würstchen	in je 3 Stücke schneiden und mit je einer Teigrolle schräg umwickeln
	auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und nochmals 15 Minuten gehen lassen.
1 Ei	verquirlen und den Teig damit bestreichen.
	bei 180 Grad ca. 15-20 Minuten backen

### Für den Ketchup

2 EL brauner Zucker, klein gehackte Zwiebeln	karamellisieren
2 EL Tomatenmark	dazu geben und anschwitzen
150 ml Wasser, 50 ml Ananas Saft oder Frucht (optional)	zum ablöschen verwenden.
600 gr. frische Tomaten oder Dosentomaten	dazu geben und 30 Minuten köcheln lassen. Mit dem Mixstab pürieren und durch ein Sieb streichen
Chili,Curry,Pfeffer,Salz	zum abschmecken verwenden
100 Gramm Spinat	blanchieren, abtropfen lassen, klein schneiden und zu dem Gemüse mischen.
<b>Für die gerösteten Zwiebeln</b>	
3 mittlere Zwiebeln	in kleine Würfel schneiden und vorsichtig mit
100 gr. Mehl	vermischen. Mit einem Sieb das überschüssige Mehl entfernen
Pflanzenöl	erhitzen und die Zwiebeln schwimmend im Öl ausbacken.
Küchenpapier	verwenden, um die abgetropften Zwiebeln zu entfetten
Salz	darüber streuen und abkühlen lassen

### Rezept Karin Hennig



## „Joghurt-Kuchenschnitte“

### Für den Schokoladen Busquit

4 Eier, 80 gr. Zucker, 1 EL Vanillezucker	Mit dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine aufschlagen, bis die Masse ganz hellgelb, schaumig und luftig ist - etwa 10 Minuten
100 gr. Mehl, 1 Prise Salz, 20 gr. stark entölten Kakao	mischen
	Die trockenen Zutaten mit einem Sieb in die Eimasse sieben und das Wasser zugeben. Mit einem Spatel langsam untermischen.
170 Grad Ober/Unterhitze	Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech streichen und bei im vorgeheizten Backofen etwa 10 Minuten backen.
	Direkt nach dem backen den Biskuit mit der Oberseite auf ein zweites Backpapier legen und das untere Backpapier vorsichtig abziehen. Eventuell mit feuchten Händen streichen, das hilft falls es zu fest geht. Das Papier lose darauf legen und den Teig abkühlen lassen.
	Die trockenen Ränder abschneiden und den Teig in Rechtecke von etwa 12x5 cm schneiden. Da kann man das Lineal zu Hilfe nehmen.

### Für die Joghurt Creme

250 ml süße Sahne, 1 EL Vanillezucker	ganz steif schlagen
1 Banane	schön klein mit der Gabel zerdrücken o d e r
frische Früchte, je nach Saison	klein schneiden und zerdrücken, eventuell mit dem Blitzhacker arbeiten. Mit dem Joghurt mischen.
50 gr. Zucker	unterrühren
1 Bio Zitrone /Limette	waschen und die Schale abreiben, zur Masse geben.
1 Pkt. Gelatine	nach Packungsanweisung einweichen und auflösen
3 EL	von der Joghurtmasse nach und nach unterrühren und dann in die restliche Joghurtmasse einrühren.
	Die geschlagene Sahne unterheben. Auf eine geeignete Unterlage, mit Klarsichtfolie bedeckt, 1 cm dick aufstreichen und im Kühlschrank fest werden lassen.
	Die Masse ebenfalls 12x5 cm zuschneiden
	Jeweils 2 Teigplatten mit 1 Joghurtschicht füllen
	sollte der Biskuit etwas zu dick gebacken sein, kann man ihn auch durchschneiden und füllen.

Rezept Petra Hermann



## „Spinnenfädiges Monster“

### Für die Pasta-Sauce

200 gr. Kirschtomaten	waschen, vom grün befreien, von allen Seiten einstechen. Von
1/2 Fenchelknolle	den Strunk ausschneiden und diese klein würfeln.
2 Knoblauchzehen	schälen, hälften, den Keim entfernen und klein schneiden. Gemeinsam mit den Tomaten und einem reichlichen Schuss
Olivenöl	und dem Fenchel ca.25-30 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen lassen. Ab und an durchmengen.
2 grobe Thüringer Bratwürste	aus dem Darm befreien
1/2 Bund Lauchzwiebeln	vom Grün befreien, in Ringe schneiden, in Olivenöl mit dem Bratwurstbrät anbraten.
1 TL Tomatenmark 2 Dosen gestückelte Tomaten 1 Bio Orange Salz, Pfeffer, Honig, Chili	dazu geben, kurz mit rösten und dann die Fenchel-Tomaten sowie die gestückelten Tomaten zur Soße geben und alles aufkochen lassen. Die Schale der Orange abreiben und dazu geben. Mit den Gewürzen abschmecken und am Ende <b>leicht</b> pürieren.

### Für die Spinat-Coulis

Wasser+ Salz	aufkochen
50 gr. Spinat, 12. Rapsöl 1 TL braune Butter	waschen, putzen, blanchieren. In Eiswasser abschrecken. Gut ausdrücken und mit 12 ml des Eiswassers pürieren. Das Rapsöl + die Butter einlaufen lassen und gut pürieren. Durch ein feines Sieb geben + in einer Flasche warm halten.

### Zubereitung

300 gr. Spaghetti	in reichlich Salzwasser 9 Minuten, bzw. Kochzeit nach Packungsvorschrift minus 1 Minute, al dente garen. Die Pasta in eine Schüssel abgießen und
etwas Olivenöl	darunter Mengen, damit sie nicht verklebt.
100 gr. Parmesan	fein reiben und in die warme Pasta einarbeiten. Etwa 15 Minuten abkühlen lassen.
Mit etwas Öl	die Muffin Form auspinseln und die Spaghetti einfüllen
Den Ofen	auf 180 Grad Umluft vorheizen. Auf die Spaghetti reichlich Tomatensoße geben und alles für 15 Minuten im Ofen backen.
1 Pkt. Mini Mozzarella	Kugeln halbieren und mit der Spinat Coulis die Augen formen
1/2 Bund Basilikum	abzupfen und bereit stellen. Die Spaghetti aus der Form lösen und mit den Augen + und den Blättern vom Basilikum anrichten - <b>und sich tüchtig fürchten !</b>

### Rezept Jens-Michael Ruppelt



## „Popeys Burger“

### Für die Mango-Orangen-Curry-Sauce

1/2 Mango	von der Schale befreien und das Fleisch würfeln.
1 Knoblauchzehe	schälen, hälften, den Keim entfernen und klein schneiden und gemeinsam mit der Orange in etwas
Olivenöl	Anbraten, bis gute Röstaromen an der Mango entstanden sind. Das Ganze mit dem
Saft einer 1/2 Orange	ablöschen und etwas einkochen lassen. Das Ganze in ein Gefäß geben und pürieren. Einen kräftigen Schuss Sahne
Sahne	hinzugeben, mit
Curry	und
Salz, Pfeffer	Abschmecken.

### Für die Avocado-Sauce

1/2 Avocado	Das Fleisch lösen und mit etwas
Zitronensaft	beträufeln. Zur Mango-Sauce geben und einpürieren.

### Zubereitung

8 mittelgroße Tomaten	in der Mitte aufschneiden und die Schnittstellen mit Salz bestreuen. Auf einem Sieb ca. 10 Minuten liegen lassen.
1/2 Zucchini	und
1 mittelgroße Möhre	in kleine, kurze Stifte schneiden. Wasser + Salz erhitzen und das Gemüse mit
100 Gramm Spinat	blanchieren, abtropfen lassen und klein schneiden.
2 Bio Eier	aufschlagen und mit 60 gr. frisch geriebenem Parmesan unter die Masse mischen und alles gut durchmengen. Mit 150 gr. Mehl (Empfehlung Dinkel Mehl) zu einer festen, homogenen Masse kneten. Mit
Salz, Pfeffer, Muskat	würzen und abschmecken. Die Blätter von einem
1/4 Bund Basilikum	abzupfen und bereit stellen.
Olivenöl	in einer Pfanne erhitzen. Aus dem Gemüse kleine Patties formen und in der Pfanne braten. Wer mag, dann die Patties mit
Vollkorn-Semmelbrösel	Panieren. (Optional). Das Salz der Tomaten abspülen. Die Schnittstellen kurz trocken tupfen und ebenfalls im Olivenöl anbraten. Rote Zwiebeln in Ringe schneiden, auch mit braten.
Mozzarella	in kleine Scheiben schneiden. Die Tomaten mit den Basilikum-Blättern, Mozzarella und den Gemüse-patties als Burger anrichten.

### Rezept Jens-Michael Ruppelt



## „Der süße bunte Bauernhof“

### Für den Hefeteig

250 gr. Mehl	In eine Schüssel sieben
25 gr. Hefe, 125 ml Milch	Die Milch erwärmen und die Hefe darin auflösen
60 gr. Butter, 50 gr. Zucker, 1 TL Salz, Zitronenabrieb, Vanille	hinzufügen. Miteinander mischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Zugedeckt 90 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen
<b>Für den Vanillepudding</b>	
1 Eigelb, 250 ml Milch	in einer Schüssel aufschlagen, bis eine gute Bindung entsteht
50 gr. Zucker, 30 gr. Maisstärke, 1 Prise Salz	mischen. Unter rühren unter die Milch mischen. Unter ständigem Rühren zum kochen bringen, 1 Min. kochen. Vom Feuer nehmen und nicht etwas rühren beim weiteren abkühlen.
1 Bio Orange, 1 Vanilleschote	Schale der Orange abreiben, Vanilleschote auskratzen und unter den Pudding rühren. Mit Klarsichtfolie abdecken (wegen der berühmten Haut !) und mindestens 1 Stunde abkühlen lassen

### Für den Rhabarber

200 gr. Rhabarber, oder andere Früchte der Saison	in kleine Stücke schneiden
2 EL Zucker	darunter mischen und etwas Flüssigkeit ziehen lassen
ggf. Zitronensaft	zugeben und das Obst nicht zu weich dünsten. Abkühlen lassen.
<b>Weiterverarbeitung</b>	
Den Hefeteig	ausrollen, etwa 3-4 mm dick und die Tierformen (oder andere !) ausstechen.
	Auf einem mit Backpapier belegten Blech bei 180 Grad backen, bis sie goldgelb sind und abkühlen lassen. Mit Pudding und Obst belegen.
<b>Rezept Katja Marsell</b>	
	

