

Paste

PS

Es sind gesammelte Rezepte, teils noch nicht probiert.

Sowie freigeschalteten Rezepte, mit Datum + Namen, vom

www.chefkoch.de

teilweise mit den Kommentare , wenn sie zur Aufklärung verschiedener Begriffe beitragen konnten .

Musste teilweise die Überschriften, teilen, damit ich sie besser sortieren konnte.

Bitte um Verständnis.

Fleisch + Fisch ist alles separat zusammen gefasst

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Zusammen gestellt Donnerstag, 9. Februar 2006

www.Hans-joachim60.de

Index

| | |
|------------------|----|
| Fisch | 1 |
| Fleisch | 15 |
| Süß | 24 |
| Vegetarisch..... | 29 |

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--------------------------|---|
| Paste..... | 1 |
| PS | 1 |
| Index | 1 |
| Inhaltsverzeichnis | 1 |
| Fisch | 4 |
| Diverse | 4 |

| | |
|--|----|
| Annas gelbe Currypaste | 4 |
| Forelle in Maisgrieß paniert | 5 |
| Garnelen in Kokossauce | 6 |
| Griechische Paste aus Fischrogen | 6 |
| Kabeljau mit würziger Joghurtkruste M | 7 |
| Krustenfisch | 8 |
| Lachscreme | 8 |
| Lachsforellenfilet mit Rosmarinkruste 1 Ei | 9 |
| Miesmuscheln in vietnamesischer Kokossauce | 10 |
| Thunfischcreme Express Miracel | 10 |
| Thunfischpaste herzhaft Mayo | 11 |
| Überbackene Miesmuscheln M | 12 |
| Fisch & Fleisch | 13 |
| Hühnerfleisch mit Basilikum | 13 |
| Javanerisches Gewürzhuhn | 13 |
| Sardellen | 14 |
| Anchoiade | 14 |
| Anchoiade Sardellenbrötchen | 15 |
| Crostini mit Olivenpaste | 15 |
| Gerds Pesto M | 16 |
| Tapenade | 17 |
| Fleisch | 17 |
| Corned Beef Pie 1 Eigelb M | 17 |
| Crostini mit Hähnchenleberpaste | 18 |
| Gefüllte Papadams | 19 |
| Gefüllte Putenröllchen | 20 |
| Gemüseecken mit Käseguss 6 Ei M | 20 |
| Hähnchen mit Chili und Oliven | 21 |
| Lammrücken „Nimes“ M | 22 |
| Parma Schnitzel M | 23 |
| Schweinekoteletts mit Rosmarin Pfeffer Kruste | 24 |
| Schweineschinkenbraten mit Kräuter - | 24 |
| Teufelsbraten | 25 |
| Süß | 26 |
| Arabischer Mandelkuchen 4 Ei | 26 |
| Bratapfel mit Pistazien | 26 |
| Fruchtpaste | 27 |
| Mandelcreme, türkische M | 27 |
| Russisches Ostergebäck mit Passcha 3 Ei + 2 Eigelb M | 28 |
| Schokonuss Paste | 29 |
| Schokowürfel 4 Ei M | 30 |
| Türkisches Mohngebäck 1 Ei | 30 |
| Vegetarisch | 32 |
| Aioli 2 Eigelb | 32 |
| Aivar, Paprika Auberginenpaste | 32 |
| Ajvar Schafskäse Paste M | 33 |
| Argentinische Würzpaste | 33 |
| Auberginen Tomaten Paste | 34 |

| | |
|---|----|
| Auberginenpaste..... | 35 |
| Bärlauch Pesto..... | 35 |
| Behrlauch Paste..... | 36 |
| Champignon Paste..... | 36 |
| Charmoula | 37 |
| Crostini mit Auberginen Feta Paste M..... | 37 |
| Erbsenbällchen 1 Ei..... | 38 |
| Falafel..... | 39 |
| Fetacreme M..... | 40 |
| Französische Crepes 2 Ei M..... | 40 |
| Getrocknetes Tomaten Nuss Pesto..... | 41 |
| Gratinierte mediterrane Tomaten M..... | 42 |
| Griechische Kartoffel Knoblauch Paste | 42 |
| Grüne Currypaste..... | 43 |
| Hummus | 44 |
| Indische Erdnuss Paste M..... | 45 |
| Kartoffel Knoblauch Paste..... | 45 |
| Knoblauch Feta Paste M..... | 46 |
| Knoblauch Paste | 46 |
| Knoblauchbrot | 47 |
| Kräuterpaste M..... | 47 |
| Kutscher Nudeln M..... | 48 |
| Mozzarellabällchen im Pestomantel M..... | 49 |
| Oliven Paste I | 49 |
| Oliven Paste II..... | 49 |
| Oliven Paste III | 50 |
| Paprika Nuss Paste M..... | 51 |
| Paprika Paste..... | 51 |
| Paprika Walnuss Paste..... | 51 |
| Pesto mit Mandeln M..... | 52 |
| Petersilien Pesto..... | 53 |
| Rote Bohnen Paste..... | 53 |
| Rotes Gift Miracel M..... | 54 |
| Salatsoße für Tomaten M..... | 55 |
| Schafskäse Tomaten Paste | 55 |
| Sojamilch..... | 56 |
| Tapenade Tomaten Paste..... | 57 |
| Thai Tofu Curry | 58 |
| Walnuss Paprika Paste..... | 58 |
| Weißer Bohnen Paste M..... | 59 |
| Zwiebelmischung..... | 60 |
| Hinweis M..... | 60 |
| Hinweis Ei..... | 61 |
| Hinweis für Word..... | 61 |

Fisch

Diverse

Annas gelbe Currypaste

Zutaten für 4 Portionen

- 8 Chilischoten, kleine getrocknete
- 1 TI Koriander, ganz
- ½ TI Fenchelsamen
- ¼ TI Nelken, ganz
- 2 Kardamom -Kapseln, daraus die Samen
- 6 Körner Pfeffer, schwarze
- 1 TI Kreuzkümmel
- ½ TI Muskat, frisch gerieben
- 2 Zwiebeln
- 1 Stange/n Zitronengras, davon nur das weiße Ende
- 30 g Ingwer, frisch
- 1 Stange/n Zimt, je nach Größe auch 2 Stück
- 2 TI Paprikapulver, edelsüß
- 2 TI Kurkuma
- 4 Zehe/n Knoblauch
- ½ Bund Koriander, frisch
- 4 El Öl Sesamöl

2 El Fischesauce

Die Chilischoten in 5 El Wasser einweichen.

Koriandersamen, Fenchelsamen, Nelken, Kardamomsamen, Pfefferkörner und Kreuzkümmelsamen in eine beschichtete Pfanne geben und kurz trocken rösten, bis die Gewürze leicht zu rauchen beginnen. Alles in einem Mörser fein zerstoßen.

Zitronengras vom Strunk befreien, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen. Zimtstangen und frischen Koriander grob zerkleinern. Zitronengras, Zwiebeln und Ingwer in grobe Stücke schneiden. Alles mit dem Knoblauch in einen Mixer füllen. Restliche Zutaten, Chilischoten samt Wasser sowie die zerstoßenen Gewürze zugeben und auf niedriger Stufe so lange mixen, bis eine sämige Paste entstanden ist.

Paste in einer beschichteten Pfanne unter Rühren erhitzen, bis sie zu blubbern beginnt. In ein vorgewärmtes Glas füllen und verschließen. Wenn die Paste abgekühlt ist, im Kühlschrank aufbewahren.

Diese Paste lässt sich für Thailändische Currys verwenden. Dafür etwas Fleisch und / oder Gemüse in einem Wok erhitzen, mit 400 ml Kokosmilch

ablöschen, 2-3 El der Currypaste dazu und mit 1 El Zucker, 1 El Reissessig und Fischsauce abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

23.12.05 arthurdent42

Forelle in Maisgrieß paniert

Zutaten für 2 Portionen

2 Stück Fisch Forelle

2 Tasse/n Maisgrieß Polenta

etwas Salz

etwas Pfeffer

4 Zehe/n Knoblauch

1 TI Kräuter, der Provence

1 TI Fondor, bzw. trockene Gemüsebrühe

½ Zitronen

1 Tasse/n Wasser, heißes

Zubereitung

Zuerst die Soße machen, denn diese muss eine ganze Weile ziehen. Die Knoblauchzehen durch die Presse geben, Fondor bzw. trockene Gemüsebrühe, Kräuter der Provence und Zitronensaft dazu geben und so lange umrühren, bis eine homogene Paste entsteht. Kochend heißes Wasser über die Paste geben, umrühren und dann ziehen lassen, bis die Soße kalt geworden ist. Das ganze soll ruhig flüssig sein, mehr wie eine Marinade und weniger wie eine Soße. Mag vielleicht nicht allzu lecker aussehen, schmeckt aber genial zu diesem Fisch..

Dann die Forellen waschen und mit viel Salz innen und außen einreiben und eine Weile ruhen lassen, bis der Fisch "ausgeschleimt" hat. Dann den Schleim mit einem Küchentuch abwischen und evtl. nochmals nachsalzen. Die Köpfe der Forellen abschneiden können evtl. für eine Bouillabaisse verwendet werden und den Rest in 2-3 Stücke von je 10-12 cm Länge schneiden je nach Größe.

Von allen Seiten in Maisgrieß wenden, auch innen mit Maisgrieß einreiben. In eine Pfanne sehr viel Öl so viel, dass der Fisch ein wenig darin schwimmt mäßig heiß werden lassen nicht zu heiß, damit der Fisch nicht verkohlt.. und die Forellenstücke vorsichtig hineingeben.

Bitte die ersten 5 Minuten die Fischstücke nicht bewegen, damit die Haut nicht abgeht, denn das kann leicht passieren und dann schmeckt der Fisch nicht mehr knusprig. Nach 5 Minuten sehr vorsichtig umdrehen und weitere 5 Minuten ohne den Fisch weiter zu bewegen bei mäßiger Hitze weiterbraten. Anschließend die Hitze erhöhen, damit die Panade eine schöne

dunkle Farbe bekommt und auf beiden Seiten knusprig anbraten. Auf einem Teller mit Zitronenspalten anrichten, die inzwischen abgekühlte Knoblauchmarinade zum Beträufeln dazu reichen und mit frischem Baguette essen. Schmeckt absolut lecker.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

03.03.03 colour-blue

Garnelen in Kokossauce

Zutaten für 4 Portionen

6 Schalotten, gehackt

2 Chilischoten, frisch, rot, entkernt und gehackt

1 Stängel Zitronengras

2.5 cm Galgant, Stück, gehackt

1 TI Kurkuma Gelbwurz, gemahlen

125 ml Wasser

250 ml Kokosmilch

16 Garnelen Riesengarnelen, roh

8 Kaffir-Zitronenblätter

2 TI Limonensaft

2 TI Fischsauce

1 Frühlingszwiebeln in Streifen geschnitten

1 El Koriandergrün, gehackt

Zubereitung

Schalotten, Chilis, Zitronengras und Galangal zu einer Paste mixen. Paste in den Wok geben und unter ständigem Rühren 2-3 Minuten erhitzen. Gelbwurz und Wasser unterrühren und 3-4 Minuten lang köcheln lassen, bis fast das ganze Wasser verdampft ist.

Kokosmilch und Garnelen unterrühren und bei schwacher Hitze etwa 4 Minuten kochen. Zitronenblätter, Limonensaft und Fischsauce unterrühren und mit Frühlingszwiebel und Korianderblätter bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

24.06.02 Bienlein

Griechische Paste aus Fischrogen

Zutaten für 1 Portionen

100 g Fladenbrot oder Weißbrot, trocken
100 g Kaviar, rot, oder Tarama - Paste
100 ml Öl Sonnenblumenöl
1 Zitronen, den Saft davon

Zubereitung

Brot in Wasser einweichen. Dann mit den Händen gut ausdrücken. Brot mit dem Kaviar im Mixer oder mit dem Pürierstab kurz pürieren. Wichtig ist, dass alle Kaviarkügelchen kaputt sind. Die Masse in eine Schüssel geben und langsam abwechselnd Öl und Zitronensaft unterrühren, bis eine helle, cremige Masse entstanden ist. Tarama mindestens 1 Stunde kalt stellen.

Tipp Anstelle von Brot gekochte Kartoffeln nehmen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
23.11.05 esmeralda2

Kabeljau mit würziger Joghurtkruste M

Zutaten für 4 Portionen
2 El Minze, gehackt
1 Zwiebeln, grob gehackt
2 Zehe/n Knoblauch, zerquetscht
1 TI Paprikapulver, edelsüß
2 El Koriander, Samen
2 TI Kreuzkümmel, gemahlen
2 TI Dill

150 g Natur-Joghurt

4 Kabeljaufilet a 225 g

Zubereitung

Minze, Zwiebel, Knoblauch, Paprika, Koriander, Kreuzkümmel, Dill und Joghurt im Mixer zu einer dicken Paste verarbeiten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fisch in eine flache Form geben und die Marinade darauf streichen. 3-4 Stunden kaltstellen.
Unter einem Grill garen, bis der Fisch durch ist und eine schöne Kruste hat.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
30.01.06 Cappuccino

Krustenfisch

Zutaten für 2 Portionen

400 g Fischfilet

4 TI Butter

2 TI Senf

4 TI Käse, gerieben

50 g Zwiebeln, gehackt

20 g Paniermehl

2 TI Kräuter

Zubereitung

Fisch mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Fisch in eine Auflaufform legen. Butter schmelzen, mit Senf, Käse, Zwiebeln, Paniermehl und Kräutern zu einer Paste verrühren. Diese Paste auf die Fischfilets streichen. Die Mengenangaben kann man auch variieren. Den Fisch bei 160 - 180 Grad ca. 1/2 Stunde im Backofen braten.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

26.08.02 j.krümel

Lachscreme

Zutaten für 6 Portionen

1 Pck. Frischkäse Kräuter-Philadelphia

½ Pck. Lachs, geräuchert

etwas Zitronensaft

1 Prise Pfeffer

½ Bund Dill

Zubereitung

Kräuter-Philadelphia und klein geschnittener Räucherlachs mit dem Pürierstab gut vermischen, bis eine homogene Paste entsteht. Dill fein wiegen, Zitronensaft nach Geschmack und etwas Pfeffer untermischen Salz nicht notwendig, da der Lachs salzig genug ist.

Tipp Ich mache diese Paste oftmals für ein kaltes Buffet. Dazu lege ich eine Glas- oder Porzellanplatte mit sehr dünn geschnittenen Zitronenscheiben komplett aus, in der Mitte der Platte kommen Scheiben von Räucherlachs evtl. mit Dill garniert, dann steche ich mit einem Eisportionierer Kugeln aus der Lachspaste aus und drapiere sie außen herum auf der Platte, in der Mitte jeder Kugel etwas Dill. Sieht sehr appetitlich aus. Das ganze evtl. in Abwechslung mit Sahnemeerrettich.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
03.03.03 colour-blue

Lachsforellenfilet mit Rosmarinkruste 1 Ei

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebeln, sehr klein gewürfelt
- 1 TL Rosmarin, frischer, sehr klein geschnitten
- 1 TL Senf

1 Eier

- 2 EI Paniermehl
- 1 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt
- Pfeffer, weiß frisch gemahlen
- Salz

800 g Fischfilet Lachsforellenfilet

- 1 Zitronen
- Olivenöl, zum Braten

Zubereitung

Das Fischfilet waschen, trocknen, in Portionsstücke schneiden und mit der Zitrone beträufeln. Zur Seite stellen und ziehen lassen. Die anderen Zutaten zu einer kräftig abgeschmeckten Paste verarbeiten, sie sollte sich gut verstreichen lassen. Notfalls mit mehr Paniermehl arbeiten. Die fertige Paste auf die Filetseite ohne Haut streichen. Das Öl in der Pfanne erhitzen, wenn es heiß ist, den Fisch mit der bestrichenen Seite einlegen. Kurz braten, bis die Panade leicht braun ist. Das dauert nicht all zu lange. Dann den Fisch vorsichtig wenden, damit die Kruste nicht abfällt. Auf der Hautseite zuende braten.

Durch die Paste auf der einen und die Haut auf der anderen Seite bleibt der Fisch schön saftig.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
28.09.04 paderhexe

Miesmuscheln in vietnamesischer Kokossauce

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebeln), gehackt
- 2 Chilischoten), rote, gehackt und entkernt
- 1 Stange/n Zitronengras, gehackt
- 1 Zitronen), den Saft davon
- 1 TL Koriander, Pulver
- ½ TL Kurkuma
- Olivenöl, extra Vergine

½ Liter Fischfond

½ Liter Kokosmilch

½ TL Fischsauce

2 kg Muscheln) Miesmuscheln

Koriander, frisch, für die Garnitur

Zwiebel, Chilis, Zitronengras, Zitronensaft, Korianderpulver und Kurkuma zusammen im Mixer pürieren.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen und die Paste darin 5 Minuten unter Rühren anrösten. Nun Fischfond und Kokosmilch dazugießen, mit der Fischsauce zum Kochen bringen.

Die Miesmuscheln waschen und zufügen, dann zugedeckt ca. 8 Minuten garen, bis die Muscheln sich geöffnet haben. Mit frischem Koriander servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

17.02.04 Ronomu

Thunfischcreme Express **Miracel**

Zutaten für 4 Portionen

2 Dose/n Thunfisch, im eigenen Saft

etwas Miracel Whip

1 große Zwiebeln

Zubereitung

Thunfisch abtropfen lassen, Zwiebel sehr fein hacken, Miracle Whip zugeben und mit der Gabel die Masse zerdrücken, bis eine feine Paste entsteht.

Lecker auf frischem Baguette.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

12.04.05 gabriele46

Kommentar von fine 11.04.2005 1408

Also im Gegensatz zu dem sonstigen Thunfisch-Dipp mit der unkaputt barren M**** Zwiebelsuppe finde ich das schon ganz ansprechend.

Ich würde allerdings noch ein wenig Zitronensaft, Salz + Pfeffer dazugeben ;-)

Gruß, fine

Kommentar von LEILAH 12.12.2005 0034

Hallo Gabriele,

bei uns kommen da immer noch ganz feine Erbsen mit rein und noch mehr Zwiebelwürfelchen. Alles mit Salz und Pfeffer aus der Mühle abschmecken...über Nacht

im Kühlschrank ziehen lassen... Hmmm, einfach lecker und schnell. So machen wir das schon seit über 27 Jahren.

Thunfischpaste herzhaft Mayo

Zutaten für 10 Portionen

4 Dose/n Thunfisch in Wasser, á 150 g

500 ml Mayonnaise

2 Zwiebeln

4 El Sojasauce

Salz und Pfeffer

1 Bund Petersilie

Zubereitung

Thunfisch alle 4 Dosen abtropfen lassen und in eine Schüssel geben. Die größeren Stücke bereits jetzt mit einer Gabel zerkleinern. Die Zwiebel schälen, klein hacken und in die Schüssel zum Thunfisch geben. Dazu die gesamte Mayonnaise hinzugeben. Nun werden die gesamten Zutaten in der Schüssel mit dem Handmixer oder der Küchenmaschine zerkleinert und gemischt. So lange, bis eine Paste entsteht, die aber noch grobe Teile

beinhalten sollte der Fisch sollte noch in den Fasern erkennbar sein. Also nicht zu fein. Hierzu kommen 4 gute Esslöffel Sojasoße, sie geben der Paste ihren besonderen Geschmack und müssen gut untergemischt werden. Die Schüssel wird nun abgedeckt wegen des Geruchs und im Kühlschrank kaltgestellt.

Am nächsten Tag die Schüssel aus dem Kühlschrank nehmen, bei Bedarf nachwürzen, wird aber kaum nötig sein. Paste in eine Servierschüssel oder ähnliches geben. Danach Petersilie grob hacken, und damit die Paste bestreuen.

Dazu passt Brot.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
21.07.05 pekru

Überbackene Miesmuscheln M

Zutaten für 4 Portionen

2 kg Muscheln Miesmuscheln

2 Zwiebeln
3 Ei Öl

100 g Käse Gouda

3 Zehe/n Knoblauch
½ Bund Petersilie
5 Ei Semmelbrösel
Salz und Pfeffer
Cayennepfeffer

Zubereitung

Feingehackte Zwiebeln in 2 Ei Öl weich dünsten. Muscheln u. 1/8 l Wasser zugeben, zugedeckt 5 Min. kochen.

Eine Schalenhälfte der Muscheln entfernen, die andere Hälfte mit dem Fleisch auf ein Backblech legen. Geriebenen Käse, gepressten Knoblauch, gehackte Petersilie, Semmelbrösel u. 1 Ei Öl zu einer Paste rühren u. abschmecken. Paste auf den Muscheln verteilen.

Bei 250° C im Ofen o. unter dem Grill 5 Min. backen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
24.03.04 channel

Fisch & Fleisch

Hühnerfleisch mit Basilikum

Zutaten für 4 Portionen

- 6 Zehe/n Knoblauch
- 4 Schalotten
- 6 Chilischoten, rot
- 6 Chilischoten, grün
- 1 TL Pfeffer - Körner, grün, eingelegt

500 g Hühnerbrüste

1 EL Öl

60 ml Fischsauce

- 2 EL Zucker
- 2 Bund Basilikum, thailändisch

Zubereitung

Knoblauch und Schalotten pellen und fein hacken. Chilis, waschen, putzen und in Ringe schneiden. Alles zusammen mit den Pfefferkörnern in einem Mörser zu einer Paste verarbeiten.

Hühnerbrustfilet waschen, abtrocknen und durch den Fleischwolf drehen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Knoblauch-Chili-Paste dazugeben und 1 Minute unter Rühren garen. Das Fleisch dazugeben. Fischsauce und Zucker dazugeben und alles garen bis die Flüssigkeit eingekocht ist.

Basilikum waschen, trocknen, Blättchen abzupfen und unter das Fleisch rühren.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

07.02.03 Manfred48

Javanerisches Gewürzhuhn

Zutaten für 4 Portionen

- 1 Zwiebeln, fein gewürfelte
- 2 kleine Chilischoten, entkernte rote
- 2 Zehe/n Knoblauch, fein gehackte
- 1 Stängel Zitronengras, in dünne Ringe geschnitten
- 1 Nelken
- 1 cm Galgant, in dünne Scheiben geschnitten
- 1 TL Koriander, gemahlener
- ½ TL Kardamom, ganz

½ TI Zimt, gemahlener
½ TI Kreuzkümmel, gemahlener
¼ TI Pfeffer, schwarzer gemahlener
¼ TI Muskat, gerieben
¼ TI Kurkuma, gemahlener
2 El Limettensaft, frisch gepresster
2 El Wasser
2 TI Öl Sesamöl

1 TI Garnelenpaste

300 g Spinat

1 Poularde ca. 1,5 kg

Die Zutaten für die Gewürzpaste im Mixer zu einer glatten Paste verarbeiten.

Den Spinat waschen, verlesen, blanchieren und hacken. In eine Schüssel geben, die Hälfte der Paste hinzufügen und untermischen.

Die Haut der Poularde lösen und die Spinatmischung unter der Haut auf der Brust verteilen. Mit der restlichen Paste die Haut einreiben. Die Poularde in Aluminiumfolie wickeln und mehrere Stunden, am besten über Nacht, in den Kühlschrank stellen.

Kurz vor dem Braten der Poularde den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Die eingewickelte Poularde auf ein Rost über die Fettpfanne des Backofens legen. Im Backofen 1 Stunde braten, anschließend die Folie öffnen und die Poularde braten, bis klarer Saft austritt, wenn mit einem Spieß in die Schenkel gestochen wird nach ca. 30 Min.. Die Poularde vorsichtig aus der Folie nehmen, die Bratflüssigkeit aufheben. Die Poularde auf eine vorgewärmte Platte legen u. evtl. mit Petersilie garnieren.

Die Bratflüssigkeit in einen kleinen Topf geben. Das Fett abschöpfen.

Die Flüssigkeit 3 Minuten köcheln lassen und zum Huhn mit Basmati-Reis servieren.

Brennwert p. P. 240

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

22.08.05 Surina

Sardellen

Anchoiade

Sardellenpaste mit Ciabatta

Zutaten für 4 Portionen

2 Gläser Sardellenfilets in Öl netto je ca. 40g

1 Zehe/n Knoblauch
2 El Olivenöl
½ El Essig Rotweinessig
1 El Tomatenmark
6 Blätter Basilikum, frischen

Zubereitung

Sardellen kurz abspülen um den salzigen Geschmack etwas zu mildern. Sardellen mit gehacktem Knoblauch, Olivenöl, Essig und Tomatenmark mit dem Pürierstab zu einer Paste rühren. Basilikum in feine Streifen schneiden und unter die Anchoiade heben. Dazu wird Ciabatta gereicht.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
21.03.04 trisha-mc-millan

Anchoiade Sardellenbrötchen

Zutaten für 4 Portionen

10 Sardellenfilets
1 El Olivenöl
1 Bund Petersilie, gehackt
3 Zehe/n Knoblauch, durchgepresst
1 Prise Pfeffer
1 Zitronen
1 Baguette

Zubereitung

Sardellenfilets sehr klein hacken. Alle weiteren Zutaten außer dem Baguette mit den Sardellenfilets gut mischen, bis es eine Paste gibt. Paste auf kleine Weißbrotscheiben geben. In heißem Backofen Grill von oben kurz überbacken.

Als Aperitifgebäck zu [Weißwein](#) gut geeignet.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
04.11.05 a3103

Crostini mit Olivenpaste

Zutaten für 4 Portionen
150 g Oliven, Kalamata, entsteint

4 Sardellenfilets in Öl

2 El Kapern
1 Zehe/n Knoblauch
2 El Basilikum, frisches, gehackt
60 ml Olivenöl
Salz
Pfeffer
1 Baguette, in 12 Scheiben geschnitten

Zubereitung

Backofen auf 190 Grad vorheizen.
Alle Zutaten außer dem Brot im Mixer fein hacken, aber nicht pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Brot auf jeder Seite 2-3 Min goldgelb rösten und mit der Paste bestreichen.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
28.11.05 lobloch4

Gerds Pesto M

Zutaten für 4 Portionen
2 handvoll Rucola
1 handvoll Basilikum
25 g Pinienkerne
25 g Mandeln
4 Tomaten), in Öl eingelegt

4 Sardellenfilets

2 Zehe/n Knoblauch
2 Chilischoten), klein, rot
50 g Käse Pecorino

50 g Käse Gran Padano

Olivenöl
Meersalz, grob
1 TL Kapern

Zubereitung

Pinienkerne und Mandeln anrösten, Rucola und Basilikum klein hacken. Alle Zutaten, bis auf Käse und Öl, im Mörser zerreiben. Man kann natürlich auch eine Küchenmaschine verwenden, mit Mörser wird das aber besser beides probiert - kein Vergleich).

In einer kleinen Schüssel mit dem zerriebenen Käse und Olivenöl zu einer Paste/Pesto verrühren. Das Mischverhältnis hier kann der Koch bestimmen, es sollte aber nicht zu käsig werden.

Passt besonders gut zu Vollkornspaghetti. Zum Konservieren in ein verschließbares Glas füllen und mit Olivenöl bedecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

05.02.05 puwein

Tapenade

Zutaten für 1 Portionen

250 g Oliven, schwarz, fleischig, entkernt

100 g Kapern

50 g Sardellen, in Öl

4 Knoblauch

3 El Olivenöl

einige Basilikum - Blätter

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Sardellen, falls erforderlich, entgräten und mit den restlichen Zutaten im Mixer zu einer glatten Paste pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten

03.02.05 Tapenade

Fleisch

Corned Beef Pie 1 Eigelb M

Zutaten für 4 Portionen

2 Dose/n Corned Beef

8 Kartoffeln
Blätterteig, TK
Salz
Pfeffer

1 Eigelb

Sahne

Zubereitung

Die Kartoffeln gar kochen. In der Zeit schon mal den aufgetauten Blätterteig in die Pie-Form legen und einstechen. Sobald die Kartoffeln abgegossen sind, das Corned Beef hinzu geben und alles zerstampfen, bis es zu einer Paste wird. Dann je nach Geschmack etwas Salz und Pfeffer dazugeben und verrühren. Das Ganze dann in die ausgelegte Form geben und einen Blätterteigdeckel darauf legen. Den Deckel mit dem verrührten Ei-Sahne-Gemisch bepinseln. Der Pie kommt dann in den vorgeheizten Ofen 180 Grad backen, bis es gold-braun ist.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

18.12.04 Irisgl79

Crostini mit Hähnchenleberpaste

Zutaten für 12 Portionen

250 g Hähnchenleber
2 Zehe/n Knoblauch
100 g Butter
Meersalz
Pfeffer, gem. schwarzer
1 El Schnaps Armagnac

Zubereitung

Die Lebern in etwas Butter von allen Seiten leicht anbraten und in der Pfanne auskühlen lassen. Knoblauch schälen und im Mörser zu einer feinen Paste verrühren. Leber, Butter und Knoblauchpaste mit dem Pürierstab oder im Mixer zu einer feinen Paste verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und etwas Armagnac hinzugeben.

Herzhaftes Brot rösten und mit der Paste bestreichen.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
03.11.01 Susa_

Gefüllte Papadams

Zutaten für 4 Portionen

- 2 große Kartoffeln, geschält und gewürfelt
- 2 El Frühlingzwiebeln, gehackt
- 1 Zehe/n Knoblauch
- 1 Chilischoten, grüne, entkernt und gehackt

250 g Lamm, mager oder Rindfleisch

- 2 El Butterschmalz oder Ghee
- 1 Tl Zucker
- 2 Tl Gewürzmischung Garam Masala
- 1 El Zitronensaft
- 2 El Koriandergrün, gehackt
- etwas Pfeffer, schwarzer, zum Abschmecken
- 2 El Kichererbsen Mehl
- 1 Pck. Brot, indische Linsenfladen, mittelgroß Papadams, natur
- Öl, zum Frittieren

Zubereitung

Kartoffeln in leicht gesalzenem Wasser weich kochen. Wasser abgießen und die Kartoffeln stampfen.

Frühlingzwiebeln, Knoblauch und Chili zu einer Paste zermahlen. Mit dem Fleisch solange in Ghee anbraten, bis das Fleisch zu bräunen beginnt. Nun die Kartoffeln, Zucker, Garam Masala, Zitronensaft, Korianderblätter hinzufügen und mit Pfeffer abschmecken. Das Ganze zu einer homogenen Masse verarbeiten. Daraus kleine Bällchen formen, die etwas kleiner als der Durchmesser der Papadams sein sollen.

Aus dem Kichererbsenmehl und dem kalten Wasser eine Paste herstellen. Die Papadams in kaltes Wasser eintauchen, abtropfen lassen und vorsichtig trocken tupfen. Jeweils ein Bällchen der Füllung in die Mitte eines Papadams legen. Die Ränder mit der Kichererbsenpaste bestreichen, den Papadams zu einer Rolle formen und die Enden fest zusammendrücken. Frittieröl auf mittlere Hitze erhitzen, damit die Hülle nicht vor dem Inhalt gar wird. Mehrere Papadams gleichzeitig frittieren, bis sie knusprig und goldgelb sind. Abtropfen lassen. Die noch heißen Papadams mit einem scharfen Mangochutney servieren. Mit Frühlingzwiebeln und Koriander garnieren.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten
02.01.03 Judith

Gefüllte Putenröllchen

Zutaten für 4 Portionen

4 **dünne Putenschnitzel**, je ca. 150 g
50 g Cashewnüsse
75 g Schafskäse, griechischer
6 EL Butter Kräuterbutter
Salz und Pfeffer, weißer

Zubereitung

Cashewkerne grob hacken, Schafskäse zerbröckeln und beides zusammen mit 4 EL der Kräuterbutter zu einer Paste verrühren. Die Putenschnitzel waschen, trocken tupfen, etwas flach klopfen und mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen. Die Nusspaste auf die Schnitzel streichen und das Fleisch an den langen Seiten jeweils etwas nach innen einschlagen. Dann von den schmalen Seiten her zusammenrollen und mit Holzzahnstochern zustecken. Die restlichen 2 EL Kräuterbutter bei milder Hitze schmelzen lassen. Die Putenröllchen unter häufigem Wenden ca. 10 Minuten grillen und dabei mit der Kräuterbutter bestreichen.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
03.06.02 Geli2

Gemüseecken mit Käseguss **6 Ei** M

Herzhaftes aus dem Backofen

Zutaten für 2 Portionen

500 g Mehl
1 Würfel Hefe, frische
1 TI Zucker
6 El Wasser, lauwarmes
1.5 TI Salz
1 Msp. Pfeffer
6 El Olivenöl
125 ml Wasser, lauwarmes

Für den Belag

6 Eier
1.5 TI Salz
1 Msp. Pfeffer

4 Zehe/n Knoblauch

200 g Käse, geriebener nach Wahl

2 Becher Crème fraiche a 200g

1 Ei Milch

2 Ei Kräuter, gehackte nach Wahl

200 g Lauch

200 g Paprikaschoten

1 Dose/n Mais

1 Zwiebeln Gemüsezwiebel

150 g Speck

Zubereitung

Das Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde eindrücken. Die Hefe, den Zucker und Wasser in die Mulde geben und mit ein wenig Mehl vom Rand einen Vorteig herstellen. Schüssel zudecken und ca. 15 Min. an einem warmen Ort gehen lassen.

Dann alle anderen Zutaten zufügen und alles zu einem glatten Teig verarbeiten.

Für den Belag Den Speck in einer Pfanne auslassen, dann das kleingeschnittene Lauch und die gewürfelten Zwiebeln hinzufügen und kurz anrösten. Dann Eier, Salz, Pfeffer, gepresster oder geschnittener Knoblauch, Käse, Creme fraiche, Milch und gehackte Kräuter zu einer sämigen Paste verrühren. Nun die Speck/Lauch/Zwiebel Mischung in die sämige Paste geben und den Paprika kleingewürfelt, und den abgessenen Mais hinzufügen und gründlich verrühren.

Den inzwischen gegangenen Hefeteig auf Blechgröße ausrollen und die Gemüsepaste komplett drauf verteilen.

Bei 200° im vorgeheizten Backofen auf mittlerer Schiene [45-55 Minuten Backen](#).

Den fertigen Gemüsekuchen zweimal längs und zweimal quer in 9 Quadrate schneiden. Jedes Quadrat nochmals quer halbieren, so dass pro Blech 18 Dreiecke ergeben. Der Gemüsekuchen schmeckt kalt und warm sehr lecker und kann je nach Jahreszeit mit euerm Lieblingsgemüse verändert werden.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

14.03.04 Alexandra71

[Hähnchen mit Chili und Oliven](#)

Zutaten für 4 Portionen

1 großes Hähnchen, küchenfertig

Für die Marinade

2 Zehe/n Knoblauch, geschält
2 Chilischoten, scharf, fein gehackt
1 Zitronen, den Saft davon
4 EL Olivenöl

Für die Sauce Paste

1 Zwiebeln
75 g Oliven, grün, ohne Stein
2 EL Olivenöl
2 EL Butter, weich
Öl für die Form
2 Zitronen, unbehandelt
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Brathähnchen vierteln, waschen und trocken tupfen. Zutaten für die Marinade in einer Schüssel mischen. Das Fleisch hinein geben. 2 Stunden darin ziehen lassen, dabei einmal wenden. Herausnehmen, abtropfen lassen. Den Backofen auf 220 Grad Gas Stufe 3-4 vorheizen. Für die Paste Zwiebel schälen. Knoblauch aus der Marinade fischen und zusammen mit den Oliven sehr fein hacken. In einer kleinen Schüssel mit Olivenöl, Butter, Salz und Pfeffer zu einer Paste verrühren. Eine ofenfeste Form mit Öl ausstreichen. Die Hähnchenteile mit der Hautseite nach unten hineinlegen. Auf der mittleren Schiene in den Ofen schieben und etwa 20 Minuten bei 220 Grad braten. Zwischendurch mit der Marinade und dem austretenden Bratfett bepinseln. Hähnchenteile umdrehen noch 10-15 Minuten weitergaren. Hähnchenteile mit der Paste bestreichen und 10-15 Minuten übergrillen, bis sie knusprig sind. Auf einer Platte mit Zitronenachteln anrichten.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten
23.11.05 igreen

Lammrücken „Nimes“ M

Zutaten für 8 Portionen

1 Lamm - Rücken, ca. 3 kg
3 EL Senf Rotisseur-Senf
3 TL Thymian

½ TL Oregano
2 TL Rosmarin
1 Msp. Basilikum
½ TL Salbei
Salz und Pfeffer

1 Becher saure Sahne

Fett, zum Braten

Die Fettschicht des Lammrückens kreuzweise einschneiden. Rechts und Links vom Rückgrat das Fleisch durch einen ca. 1,5 cm tiefen Schnitt vom Knochen lösen. Aus Senf, Kräutern, Salz und Pfeffer eine Paste rühren und dick auf die Oberseite des Lammrückens auftragen. Fett im Bräter erhitzen, den Lammrücken hineinlegen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 60 Minuten braten, dabei mehrmals mit dem Fond begießen. Den Bratenfond mit saurer Sahne loskochen und abschmecken.

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten
05.12.05 Annelore

Parma Schnitzel M

Zutaten für 4 Portionen
1 Zweig/e Rosmarin
3 El Öl Oliven

50 g Parmesan, frisch gerieben

8 dünne Putenschnitzel oder Schweineschnitzel

8 Scheibe/n Parmaschinken, dünn

Salz
Pfeffer

Zubereitung

Rosmarinnadeln abstreifen, klein hacken und in 2 El Olivenöl kurz ca. 1 Minute braten. Abkühlen lassen und mit dem Käse zu einer Paste vermengen. Schnitzel schwach salzen und pfeffern und mit der Käsepaste bestreichen. Die Schinkenscheiben jeweils quer um die Schnitzel wickeln. Übriges Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin sanft braten. Dazu passt hervorragend der Bohnen-Nudel-Salat.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten
01.06.01 IngridK

Schweinekoteletts mit Rosmarin Pfeffer Kruste

Zutaten für 4 Portionen

- 4 Schweinekotelett, ca. 2,5 cm dick
- 4 Zehe/n Knoblauch
- 2 El Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
- 3 El Rosmarin, frisch ersatzweise 1 El getrocknet
- 1 Tl Fenchel
- ½ Tl Chilipulver
- 1 El Zitronensaft
- 3 El Olivenöl, extra Vergine
- Salz
- 1 Zitronen, unbehandelt, geviertelt

Zubereitung

Den Fettrand der Koteletts mehrfach einschneiden. Knoblauch, Pfeffer, Rosmarin, Fenchel, Chili, Zitronensaft und Öl im Mixer zu einer groben Paste verarbeiten. Damit das Fleisch beidseitig einreiben und 2 Stunden kühl stellen.

Die Koteletts ca. 8 Minuten je Seite in einer Grillpfanne braten, anschließend salzen und mit den Zitronenspalten servieren.

Ich bevorzuge dazu Baguette und Salat oder auch Baked Potatoes mit Sour Creme.

Die Koteletts können auch auf einem Grill zubereitet werden.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

13.02.05 Ronomu

Schweineschinkenbraten mit Kräuter -

Senf Kruste

Zutaten für 6 Portionen

- 1 kg Schweinebraten Schinkenbraten
- 2 Zehe/n Knoblauch
- 1 Tl Thymian, getrocknet
- 1 Tl Rosmarin, getrocknet
- 1 Tl Majoran, getrocknet
- 1 Bund Petersilie
- 2 El Honig

4 El Senf, scharfer
2 El Essig Obstessig
1 Spritzer Tabasco
Salz
Pfeffer
1/8 Liter Öl

Zubereitung

Fleisch in einen Bräter legen und mit den Gewürzen einreiben. Mit ca. 6 El. Wasser in einen geschlossenen Topf geben. In den kalten Backofen stellen. Aus Öl, zerdrückten Knoblauchzehen, Honig, Tabasco, gehackten und getrockneten Kräutern und Senf eine Paste bereiten. 30 Minuten vor Ende der Gardauer den Braten damit bestreichen, nach weiteren 15 Min. den Rest der Paste darauf streichen und knusprig fertig braten. 75 bis 90 Minuten bei 180 - 200°

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
12.12.04 Kenmare

Teufelsbraten

Zutaten für 6 Portionen

1 kg Schweinefleisch Schulter
250 g Ajvar
1 Lorbeerblatt
200 g Wurzelwerk
50 g Fett, zum Braten
1 El Honig
4 Zehe/n Knoblauch
5 El Olivenöl

Zubereitung

Die Schweineschulter waschen und trocken tupfen. Das Fleisch im Bräter mit Fett kurz von jeder Seite anbraten, danach kleingeschnittenes Wurzelwerk zugeben. Über die Oberseite des Bratens großzügig das Ajvar verteilen, Lorbeerblatt zugeben und bei 210 Grad kurz ca. 10 Minuten im Umluftherd braten.

Dann eine Paste aus Knoblauch, Honig und Olivenöl herstellen. Danach die Hitze stark reduzieren und je nach Bedarf etwas von der angerührten Paste zum Braten geben, je nach Dicke bis zu 3 Stunden bei 90 Grad garen.

Sie erhalten einen saftigen Braten, der sowohl kalt als auch warm sehr willkommen ist bei Gästen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

06.03.05 Tolea

Süß

Arabischer Mandelkuchen 4 Ei

Zutaten für 6 Portionen
200 g Mandeln, gemahlen
150 g Zucker
1 TI Honig, flüssig

4 Eier, getrennt

1 Msp. Kardamom, oder Tonkabohnenpulver
Puderzucker

Mandeln, Zucker, Honig, Gewürz und Eigelb mischen, sodass eine dicke Paste entsteht. Eiweiß zu einem steifen Schaum schlagen und unter die Mandelmasse heben. Dann alles in eine runde Springform geben und 30 Minuten bei 180 Grad im Ofen backen. Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

29.10.04 swissglide

Bratapfel mit Pistazien

Zutaten für 2 Portionen
1 Apfel Jonagold
2 TI Limettensaft

Für die Haube

1 TI Mandeln, gemahlen
1 TI Mandeln, gehackt
1 TI Rosinen
2 TI Pistazien, gehackt
1 TI Vanillezucker
1 TI Zucker, braun,
½ TI Zimt, gemahlen

¼ TI Nelken, gemahlen
2 cl Rum, 54%

Zubereitung

Alle Zutaten für die Haube zu einer Paste vermischen, 10 Minuten ziehen lassen. Apfel entkernen und halbieren, Schnittflächen quer zur Achse mit einem Messer einritzen und mit Zitronensaft einpinseln. Die Pistazienpaste auf die Apfelhälften geben und auf der Schnittfläche verteilen. In der Mikrowelle 4 Minuten bei 600 Watt garen.

Dazu passen z.B. Nocken von Vanillecreme.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten
16.08.05 Quarkauflauf

Fruchtpaste

Zutaten für 1 Portionen
1 kg Feigen
500 g Sultaninen
250 g Nüsse
2 El Honig, weich
Oblaten

Zubereitung

Feigen mit Sultaninen und Nüssen mindestens zweimal durch den Fleischwolf drehen. Dann weichen Honig untermischen und nach Geschmack Anis, Zitrone, Ingwer oder was man sonst mag zugeben. Man kann die Paste auch pur lassen. Nun wird die Paste auf Oblaten gestrichen, mit einer Oblate abgedeckt, ordentlich angeedrückt und dann in Stücke schneiden. Die Stücke in Pergamentpapier wickeln und trocken aufbewahren.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
24.04.01 Sonja

Mandelcreme, türkische M

Zutaten für 4 Portionen
120 g Mandeln, blanchiert

600 ml Milch

30 g Reis, gemahlen oder Reismehl

120 g Zucker

1 Ei Kokosraspel, frisch oder getrocknet oder
Pistazien, fein gemahlen

Zubereitung

Die Mandeln zerstoßen und mit etwas Milch zu einer glatten Paste verarbeiten oder im elektrischen Mixer pürieren. Den gemahlene Reis in eine Schüssel geben und in etwas Milch auflösen. Den Zucker mit der restlichen Milch in einem Topf unter ständigem Rühren zum Kochen bringen. Hitze reduzieren. 2-3 Ei von der heißen Milch mit dem Reis vermischen und diesen dann in die Milch im Topf rühren. Unter ständigem Rühren die Mandelpaste dazugeben. 25-30 Min. leicht köcheln lassen; dabei immer wieder umrühren, bis die Mischung dick wird. In Portionsschälchen gießen, die Nüsse darüber streuen und abkühlen lassen. Kalt stellen und dann servieren.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

18.09.02 ellebelle01

Kommentar von CookieUK 01.06.2005 2334

Hi,

die Creme gab es heute als Nachtisch. Ich habe zuerst die Pistazien auf die Creme gestreut und dann die Kokosraspeln. Sehr gut, süß aber doch noch erfrischend. Viel kann man wirklich nicht davon essen. -

Ach, ja, und ich habe Milchreis in der Kaffeemühle gemahlen, ging wunderbar.

LG

Russisches Ostergebäck mit Passcha 3 Ei + 2 Eigelb M

Zutaten für 1 Portionen

70 g Hefe

1 TL Zucker

250 ml Milch, lauwarm

600 g Mehl

250 g Butter

3 Eier

2 Eigelb

250 g Puderzucker
125 g Früchte, kandiert
125 g Rosinen
60 g Mandeln
2 Kardamom - Kapseln, zerstoßen
1 Prise Salz

Zubereitung

Hefe mit Zucker verkrümeln und mit wenig Wasser zu einer Paste verrühren. Milch und die Hälfte des gesiebten Mehls zufügen und zu einem geschmeidigem Teig schlagen. 30 Minuten zugedeckt an warmem Ort gehen lassen, bis sich die Masse gut verdoppelt hat. Zerlassene Butter, Eier, Zucker, kandierte Früchte, Rosinen, abgezogene, gehackte Mandeln, Kardamoms, Salz und das restliche Mehl zufügen und so lange durcharbeiten, bis sich der Teig gut von den Rändern löst. Zugedeckt 30 Minuten gehen lassen. Einen Springformrand ca. 23cm) in eine gleich große Springform stecken, damit der Rand höher wird. Ausfetten und den Teig hineinfüllen. Ein Band aus mehrfach gefalteter Alufolie um den Rand legen, damit er insgesamt etwa 15 cm hoch wird. Abermals zugedeckt gehen lassen. Bei 175°C ca. 75 Minuten backen. Abkühlen, mit weißem oder rosa Zuckerguss begießen und mit Mandeln verzieren.
Dazu gibt es Passcha! Eigenständiges Rezept)

Zubereitungszeit: ca. 1 Std. 30 Minuten
18.03.02 Sonja*

Schokonuss Paste

Zutaten für 4 Portionen
150 g Haselnüsse, gemahlen
1 TI Kakaopulver
½ TI Zimt
Vanillezucker, etwas
2 EI Butter, weich
2 EI Honig, mild

Zubereitung

Die gemahlene Haselnüsse in einer Schüssel zerdrücken. Den Kakao zufügen und kräftig stampfen. Zimt und Vanille hinzugeben. Die weiche Butter unterrühren und nochmals stampfen. Den Honig mit der Masse verrühren.

Im Kühlschrank hält sich die Schokonuss - Paste in einem Schraubdeckelglas 14 Tage

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
10.01.03 acigrand

Schokowürfel 4 Ei M

Zutaten für 1 Portionen
600 g Butter, weich
400 g Zucker

4 Eier

2 EL Rum

5 EL Kakaopulver

350 g Kokosraspel

500 g Mehl

500 g Puderzucker

8 EL Milch

Butter für das Blech

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. 500 g Butter mit dem Zucker verrühren. Die Eier nach und nach unterschlagen, den Rum einrühren. 3 EL Kakao, 300 g Kokosraspeln und das Mehl mischen und unterrühren. Ein Backblech mit Butter fetten, den Teig darauf verstreichen. Im Ofen bei 160 Grad 20 Minuten backen.

Puderzucker und restlichen Kakao sieben, mit Milch und übriger Butter verrühren. Die Paste auf den warmen Kuchen streichen, mit Kokosraspeln bestreuen. Den Kuchen in Quadrate von ca. 3x3 cm schneiden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten
23.07.05 claudi11

Türkisches Mohngebäck 1 Ei

Zutaten für 2 Portionen
50 g Mehl Hartweizenmehl
50 g Mehl
1 Prise Backpulver
¼ TL Salz

1 Eier

25 ml Wasser

etwas Öl Mohn- oder Sonnenblumenöl), zum Braten

100 g Mohn

100 ml Öl Mohn- oder Sonnenblumenöl

etwas Saft, Pekmez --Traubendicksaft, bekommt man in einem türkischen Laden

Zubereitung

Für die Füllung die Mohnsamen in einer trockenen Pfanne rösten, bis sie dunkel werden. Im Mörser zu einer dicken Paste zerstoßen. Das Öl unterrühren.

Beide Mehlsorten in eine Schüssel sieben. Das Salz darüber streuen. Eine Vertiefung in die Mitte drücken und das Ei und das Wasser hineingeben. Von der Mitte her zu einem glatten, geschmeidigen Teig rühren. In zwei Portionen teilen und auf einem bemehlten Brett 20 Minuten ruhen lassen. Dann so dünn wie möglich ausrollen. Auf jedes Teigstück die Hälfte der Mohnmasse streichen, dabei einen Rand von gut einem cm frei lassen. Die Teigstücke zur Mitte hin falten.

Dann das Gleiche noch einmal, so dass man ein Päckchen erhält. Frühlingsrollenartig)

Die Ränder fest verschließen.

In Mohn- oder Sonnenblumenöl bei mittlerer Hitze von jeder Seite 1 Minute braten. Wenden und die erste Seite eine weitere Minute braten. Das Gebäck sollte eher goldgelb als braun sein.

In einen Topf mit Deckel legen und 5 Minuten stehen lassen. Mit Pekmez oder Honig übergossen servieren.

Pekmez Traubendicksaft, bekommt man in einen türkischen Laden.

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

10.01.03 Nora

Kommentar von TexMexHex 28.04.2004 22:30

ja, hört sich ja eigentlich gut an, aber 1/2 was denn Mohn???

TL?

Liter?

Kilo???

wahrscheinlich TL... aber als ich's ausprobiert habe, fand ich es nicht moinig genug, also nächstes mal mindestens 2 TL...

Liebe Grüße,

Tex

Vegetarisch

Aioli 2 Eigelb

Zutaten für 4 Portionen
10 Zehe/n Knoblauch

2 Eigelb

½ TI Salz
½ Liter Öl, feines provenzalisches
1 TI Zitronensaft

Zubereitung

Den Knoblauch zerdrücken. Eigelbe und Salz zugeben und gründlich verrühren.

Unter ständigem Schlagen tropfenweise das Öl hinzufügen, bis eine feste Paste entsteht.

Anschließend den Zitronensaft einrühren und die Paste abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
03.01.05 Judith

Aivar, Paprika Auberginenpaste

2,5 kg Paprika rot; fleischige
1 kg Auberginen
250 ml Essig
1 l Wasser
2 Knoblauchknollen
1 Peperoni; frisch scharf
375 ml Olivenöl
2 TI Salz

Paprika und Auberginen säubern und in Stücke schneiden. In einem großen Topf zusammen mit Wasser und dem Essig ca. 20 min. kochen. Inzwischen den Knoblauch schälen und die Peperoni entkernen. Essigwasser abgießen und auffangen. Das Gemüse entweder durch einen Fleischwolf drehen (Aivar wird grober) oder in den Mixer geben (Aivar wird feiner) auch den Knoblauch und die Peperoni mit pürieren. Das Salz nicht vergessen. Die ganze Masse wieder in Topf geben und 2 Std. kochen lassen immer wieder umrühren und eventuell vom aufgefangen Essigwasser etwas hinzufügen zum Schluss das Olivenöl dazu geben noch

mal kurz aufkochen lassen. Das Aivar sollte nicht zu flüssig sein. Gereinigte Schraubverschlussgläser bei 80 bis 100 Grad C im Backofen vorwärmen und das Aivar in die warmen Gläser füllen. Am nächsten Tag auf jedes Glas zum Abschluss einen Schuss Olivenöl geben und die Gläser verschließen und an einen kühlen Ort stellen. Aivar hält sich so einigen Monate.

Ajvar Schafskäse Paste M

Zutaten für 6 Portionen

600 g Frischkäse mit Kräutern oder pur

200 g Schafskäse

100 g Ajvar = Paprikapaste scharf oder normal

1 Pkt. Kräuter, der Provence, TK

1 EL Pfeffer

2 EL Cayennepfeffer oder Rosenpaprika

2 Zehe/n Knoblauch, gestampft oder

2 EL Knoblauchgranulat

Sämtliche Zutaten bis auf den Schafskäse zusammen in eine Schüssel geben, den Schafskäse in der Hand zerbröckeln und ebenso der Frischkäse-Masse hinzufügen. Mit dem Mixer alles sämig rühren. Mindestens 2 Stunden ziehen lassen, muss aber nicht.

Dazu passt wunderbar Fladenbrot. Kann als Dipp zum Grillen z.B. zu Cevapcici oder als Vorspeise mit Fladenbrot gereicht werden.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

19.08.02 jackyo

Argentinische Würzpaste

Zutaten für 6 Portionen

4 Chilischoten), getrocknet

5 Zehe/n Knoblauch

1 große Zwiebeln

2 Bund Petersilie

1 TL Salz

2 EL Essig

3 EL Wasser

2 EL Öl

Zubereitung

Die Chilischoten im Mörser zerstoßen. Knoblauch und Zwiebeln fein hacken. Die Petersilie ebenfalls fein hacken. Oder Knoblauch, Zwiebeln und Petersilie in der Küchenmaschine zerkleinern. Alles mit Salz in eine Schüssel geben. Den Essig mit 3 EL Wasser aufkochen und sofort über die gehackten Zutaten gießen. Unter Rühren das Öl einlaufen lassen. Die Paste in einem Schraubglas fest verschlossen 1 Woche ziehen lassen. Passt zu Gegrilltem. Im Kühlschrank mehrere Wochen haltbar.

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
24.12.04 Peti

Auberginen Tomaten Paste

Zutaten für 4 Portionen
2 Auberginen etwa 400 g
1 EL Zitronensaft
2 reife Tomaten, etwa 300 g
1 kleine Zwiebeln
2 Zehe/n Knoblauch
1 Prise Cayennepfeffer
Salz und Pfeffer
1 Bund Petersilie

Zubereitung

Den Backofen auf 220 Grad vorheizen. Die Auberginen auf einem Rost im Backofen 40 Minuten rösten, bis die Schalen ausgetrocknet sind und feine Risse haben.

Die gerösteten Auberginen in ein feuchtes Tuch einschlagen und 5 Minuten ruhen lassen. Danach die Haut mit einem scharfen Messer abziehen und die Stielansätze entfernen.

Die Auberginen in Würfel schneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln.

Die Tomaten schälen, von den Stielansätzen befreien und in Würfel schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und grob zerkleinern.

Auberginen, Tomaten, Zwiebel und Knoblauch portionsweise im Mixer fein pürieren. Den Aufstrich mit Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer würzen.

Die Petersilie waschen. Die Blättchen abzupfen, fein hacken und über den Aufstrich streuen. Die Auberginen-Tomaten-Paste passt gut zu Vollkornbrot.

Die Auberginen können auch durch 4 große rote Paprikaschoten etwa 600 g ersetzt werden.

Brennwert p. P. 40

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

21.07.04 Molly43

Auberginenpaste

(Nigeria)

- 1 lg Aubergine
- 1 Knoblauchzehe
- 1 El Petersilie; gehackt
- 1 TI Sesamkörner; gemahlen
- 1/2 TI Salz
- 1 El Zitronensaft

Die Aubergine schälen, in Salzwasser 10 bis 15 Minuten kochen. Mit einem Holzlöffel zerdrücken.

Knoblauchzehe dazupressen, die übrigen Zutaten zugeben und zu einer Paste vermischen.

Serviervorschlag: mit arabischem Brot (Fladenbrot).

Bärlauch Pesto

Zutaten für 4 Portionen

- 200 g Bärlauch
- 200 g Pinienkerne
- 200 ml Olivenöl
- 100 g Käse Pecorino, **ersatzweise Parmesan**
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Bärlauch abbrausen, putzen und trocken schütteln. Etwas für die Garnierung beiseite legen, Rest fein hacken. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fettzugabe anrösten. 1 El davon beiseite stellen, übrige Kerne grob hacken. Bärlauch, Pinienkerne in ein hochwandiges Gefäß geben. Langsam das Öl angießen und alles mit einem Pürierstab zu einer geschmeidigen Paste verarbeiten.

Pecorino fein reiben und unter die Paste ziehen. Mit Salz sowie Pfeffer würzig abschmecken. Das Pesto in eine kleine Schale füllen und mit den Pinienkernen bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

30.05.05 Dragonfly-Lady

Behrlauch Paste

Zutaten für 10 Portionen
300 g Bärlauch - Blätter
5 El Pflanzenöl, am besten Olivenöl
1 TI Salz

Frische Bärlauchblätter waschen und trocken schleudern. Mit den restlichen Zutaten so fein wie möglich mixen.
In Gläser füllen und mit einer Schicht Öl bedecken.
So hält sich der Bärlauch gut einen Monat. Wichtig ist nur nach der Entnahme darauf zu achten, dass oben immer eine Schicht Öl bleibt. Das hält den Sauerstoff davon ab das "grüne Gold" zu oxidieren
Oder aber man füllt sich die Paste in Plastikbeutel und gefriert das Ganze tief, dann hält er sich gut das ganze Jahr.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
29.03.05 MauritiusderBlaue

Champignon Paste

Zutaten für 4 Portionen
500 g Champignons
1 Zwiebeln
2 El Butter
2 Zehe/n Knoblauch
Salz
Pfeffer
Olivenöl

Zubereitung

Champignons putzen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel fein würfeln, in der Butter weich dünsten. Klein gehackten Knoblauch zu der Zwiebel geben. Pilze dazu, zugedeckt 10 Minuten dünsten. Salzen und pfeffern. Die ganze Mischung im Mixer pürieren. So viel Olivenöl dazugießen, bis die Paste schön cremig wird.

Die Paste lässt sich wie Pesto auf Spaghetti geben. Gegebenenfalls noch einen Schuss Sahne dazu, damit sich das alles besser verteilt.

Gut geeignet sind übrigens Pilze, die schon ein bisschen länger liegen und dadurch leicht angetrocknet sind und sich nicht mehr für anderes verwenden lassen.

Die Paste hält sich im Kühlschrank 1, 2 Tage. Sie lässt sich aber auch einfrieren.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

29.04.04 Maharet

Charmoula

Zutaten für 1 Portionen

1 Bund Petersilie, glatte

1 Bund Koriandergrün

4 Zehe/n Knoblauch, zerdrückt

1 TI Paprikapulver, edelsüß

1 TI Kreuzkümmel, gemahlen

½ TI Koriander, gemahlen

¼ TI Cayennepfeffer

2 El Zitronensaft

2 El Öl Olivenöl

Zubereitung

Alle Zutaten im Mixer oder in der Küchenmaschine mit dem Schneidmesser zu einer glatten Paste verarbeiten.

1 Rezept dieser Würzmischung reicht für jeweils 4 Portionen Fleisch.

Lamm bis zu 1 Tag vor dem Grillen damit einreiben, Hummerkrabben bis zu 2 Std., Fisch bis zu 30 Min., Hähnchenbrust bis zu 6 Std. vorher.

Im Voraus geplant Bis zu 3 Tage vor der Verwendung zubereiten. Abgedeckt kühl stellen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

10.06.01 Bashiba

Crostini mit Auberginen Feta Paste M

Zutaten für 4 Portionen

1 Auberginen ca 300g

1 Bund Basilikum

1 Zehe/n Knoblauch

100 g Feta-Käse

2 El Olivenöl

1 El Zitronensaft

Salz und Pfeffer, aus der Mühle

12 Scheibe/n Ciabatta, oder zur Not auch Toast

Die gewaschene Aubergine im vorgeheizten Backofen bei 220° Umluft 200° auf dem Backblech **ca. 40 Min backen** - bis die Haut ganz dunkel ist und die Aubergine ganz weich innen. Dann die Aubergine etwas abkühlen lassen und der Länge nach aufschneiden - das Fruchtfleisch auskratzen. Den Feta zerbröseln und die Basilikumblätter fein hacken und den Knoblauch pressen.

Das Fruchtfleisch mit dem Feta, Öl und Zitronensaft fein pürieren und dann Basilikum und Knoblauch untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Scheiben toasten oder im Backofen braun backen und mit der Paste bestreichen -- sofort servieren.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

05.06.05 floo

Kommentar von Lucinde 09.07.2005 1525

Hallo floo,

ich habe gestern Abend so ganz "nebenbei" die Auberginen-Feta-Paste gemacht und heute früh . mir war nach was herzhaftem zumute auf Toast gegessen. Das war ja so was von lecker. Dieses herrliche Aroma vom Basilikum mit dem Feta ergibt ein einzigartiges Geschmackserlebnis.

Ich hatte schon lange mal nach einem brauchbaren Rezept mit Aubergine gesucht.

Lg Lucinde

Kommentar von jonielady 15.07.2005 1904

Hab heute Abend Pitabrot mit der Creme gefüllt - war recht lecker. Aber ich glaube, das nächste mal lasse ich den Feta weg und mache es mit Frischkäse.

Gruß, Jonie

Erbsenbällchen 1 Ei

Zutaten für 4 Portionen

1 Tasse/n Erbsen, getrocknet

1 Eier

- 1 Frühlingszwiebeln, gehackt
- 1 Chilischoten, gehackt
- Öl

Zubereitung

Die Erbsen mindestens 30 Min. wässern. Anschließend mit den Händen im Wasser reiben, bis sich alle Schalen gelöst haben.

Die Erbsen im Mixer mit wenig Wasser pürieren. Ei, Zwiebel, Chili sowie eine Prise Salz beifügen. Gut durchkneten. Aus der Paste Bällchen formen. Öl erhitzen und die Bällchen darin goldbraun braten. Kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Heiß servieren und Pfeffersauce dazu reichen.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
08.07.02 Edeltraud44

Falafel

Zutaten für 2 Portionen

- 500 g Bohnen, weiße, getrocknet Ful nabe
- 2 Zwiebeln, rot, spanisch oder 1 Bund Frühlingszwiebeln, feingehackt
- 2 Zehe/n Knoblauch, groß, zerdrückt
- 1 Bund Petersilie, fein gehackt
- 1 TI Kümmel, gemahlen
- 1 TI Koriander, gemahlen
- ½ TI Backpulver
- Salz
- Cayennepfeffer
- Öl, zum Ausbacken

Zubereitung

Die Bohnen bekommt man in griechischen oder arabischen Delikatessläden. Möglichst schon geschält kaufen.

Bohnen 24 Stunden lang in kaltem Wasser einweichen. Bei ungeschälten Bohnen vorher die Haut entfernen. Abgießen und klein hacken. Mit den Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Kümmel, Koriander, Backpulver und Salz mischen, mit Cayennepfeffer abschmecken.

Alle Zutaten zu einer weichen Paste stampfen oder vor dem stampfen 2-mal durch einen Fleischwolf drehen, um den Vorgang zu beschleunigen. Anschließend die Paste mindestens 30 Minuten ruhen lassen. Aus der Masse kleine Frikadellen formen und nach 15 Minuten in heißem Öl ausbacken, bis sie dunkel goldbraun sind.

Heiß zu Tomaten-Gurken-Salat oder zu Tahina-Creme oder Baba Ganoush
Tahina-Auberginencreme servieren.

Anstelle des Backpulvers kann man auch 15 g Hefe oder 7 g Trockenhefe
verwenden.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
KochFee1989 19.01.05

Fetacreme M

Zutaten für 4 Portionen

1 Pck. Feta-Käse

1 Pck. Frischkäse

1 Pck. Frischkäse mit Kräutern

Milch oder Wasser

Salz

Knoblauch, nach Geschmack

Kräuter

Zubereitung

Feta zerbröseln und mit dem Frischkäse und etwas Wasser oder Milch mi-
schen und mit einem Mixer zu einer cremigen Paste verrühren. Mit Salz,
Knoblauch und Kräutern abschmecken.

Am besten 1 Tag vorher zubereiten und im Kühlschrank durchziehen las-
sen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten
03.06.02 breuerilona

Französische Crepes 2 Ei M

Zutaten für 2 Portionen

50 g Butter, geschmolzene

150 g Mehl

2 Eier

1 Ei Öl, kein Olivenöl.

200 ml Milch

1 Prise Salz

Zubereitung

Mehl in eine große Schüssel sieben, eine Vertiefung in die Mitte drücken. Eier und Butter in die Vertiefung geben, mischen, bis eine regelmäßige "Paste" entsteht. Milch zufügen und rühren, bis ein gleichmäßiger Teig ohne Klümpchen entsteht. Öl und Salz dazugeben. 2h im Kühlschrank stehen lassen.

Zubereitung In einer großen, flachen Pfanne Öl sehr heiß werden lassen und jeweils eine Kelle Teig breit streichen.

Kann süß oder salzig gegessen werden.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

14.08.04 Mausejulchen

Kommentar von ckf 15.08.2004 1118

Hallo.

Ich wollte nur sagen, dass in Frankreich die Crêpes mit einem Schuss Rum oder Weinbrand zubereitet werden.

Probiert es einfach mal aus.

Viele Grüße Christiane

Getrocknetes Tomaten Nuss Pesto

Zutaten für 1 Portionen

8 Tomaten, getrocknet

1 handvoll Haselnüsse, geschält und geröstet

2 Zehe/n Knoblauch

100 ml Olivenöl

Basilikum nach Geschmack

etwas Petersilie, frische

evtl. Pfeffer

Zubereitung

Tomaten und Knoblauch klein würfeln und im Mixer pürieren. Die Haselnüsse im Mörser zerstoßen und zur Tomatenpaste geben. Das Olivenöl langsam hinzufügen. Alles gut mixen, bis eine cremige Paste entsteht. Die Basilikumblätter und die Petersilie klein schneiden und untermischen. Eventuell mit Pfeffer abschmecken und mindestens 2 Stunden ziehen lassen.

Das Pesto schmeckt sehr gut zu Spaghetti. Wer mag, kann noch einige geröstete Pinienkerne dazu geben.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

06.02.06 Malta1993

Gratinierte mediterrane Tomaten M

Zutaten für 4 Portionen

800 g Tomaten), schnittfest

2 Zwiebeln), rote

2 Zehe/n Knoblauch

1 Bund Petersilie evtl. auch TK

½ Bund Thymian oder Basilikum

75 g Parmesan, frisch gerieben

75 g Semmelbrösel

10 EL Olivenöl

etwas Butter

Salz

Pfeffer

evtl. Chilischoten

Zubereitung

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen. Die Tomaten in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Eine Auflaufform buttern und mit den Tomaten dachziegelartig auslegen. Kräftig salzen und pfeffern. Die Zwiebeln in Ringe und den Knoblauch klein schneiden und auf den Tomaten verteilen. Die Kräuter mit dem Parmesan, den Semmelbröseln und dem Öl zu einer Paste verrühren und gleichmäßig auf den Tomaten verteilen. Ca. 30 min bis zum gewünschten Bräunungsgrad überbacken. Wer es schärfer man, kann noch eine gehackte Chili zufügen.

Brennwert p. P.: 410

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

02.12.05 nicciris

Griechische Kartoffel Knoblauch Paste

Zutaten für 4 Portionen

400 g Kartoffeln, festkochend

- 2 Zehe/n Knoblauch
- 5 El Olivenöl
- 6 El Fleischbrühe / Gemüsebrühe, Instant
- 1 Zitronen, den Saft davon
- Salz
- 1 kleine Peperoni, mild oder scharf

Zubereitung

Die Kartoffeln in der Schale kochen und durch ein Haarsieb streichen. Die Kartoffeln sollten keine Stückchen mehr haben, die Masse muss wirklich fein "püriert" sein.

Kartoffeln warm mit dem gepressten Knoblauch vermischen, alle anderen Zutaten dazugeben bis auf die Peperoni und gut vermischen, damit eine cremige Paste entsteht. Ist sie zu fest noch Brühe oder Öl zugeben. Kalt werden lassen. Die kalte Paste mit der in feine Ringe geschnittenen Peperoni garnieren.

Skordalia wird kalt zu gegrilltem Fleisch oder Fisch gegessen.
Auch super auf frischem Brot.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

Grüne Currypaste

Zutaten für 8 Portionen

- 1 Tl Koriander Samen
- ½ Tl Kreuzkümmel
- ½ Tl Pfeffer, schwarz Körner
- 1 Tl Crevetten - Paste
- 8 große Chilischoten
- 2 Stängel Zitronengras, nur der untere Teil
- 3 Zwiebeln, gehackt
- 4 Zehe/n Knoblauch, gehackt
- 3 cm Galgant, gehackt
- 8 Zweig/e Koriandergrün, gehackt samt Wurzel
- 3 Kaffir-Limettenblätter, geschnitten
- 1 Limetten, die Schale davon
- 2 El Öl Erdnussöl

Zubereitung

Koriander, Kümmel und Pfefferkörner rösten, abkühlen lassen und Mörsern. Crevettenpaste in Alufolie wickeln und einige Minuten trocken rösten. Die restlichen Zutaten mischen, im Mörser zerstoßen und mit der Crevettenpaste und den anderen Gewürzen mischen, bis die Paste glatt ist.

Die Paste kann im Kühlschrank ca. 1 Woche aufbewahrt oder portionsweise eingefroren und noch gefroren wieder verwendet werden. Wer es wirklich scharf mag, verwendet 12 Chilis, lässt die Kerne drin und gibt etwa das Doppelte an Pfeffer zu, da mein Rezept für europäische Gaumen gedacht ist. Die Paste kann man für Green Thai Curry oder auch Currysuppen, Gemüsecurry und Fischcurry verwenden. Mir schmeckt es am besten mit Hühnchen.

Zubereitungszeit ca. 40 Minuten

15.12.05 Swiss Cook

Hummus

Kichererbsenpaste

Zutaten für Portionen

250 g Kichererbsen

750 ml Wasser

$\frac{3}{4}$ Tasse Sesampaste Tahini

60 ml Zitronensaft

60 ml Olivenöl

2 Zehe/n Knoblauch, gepresst

2 El Wasser

$\frac{1}{2}$ El Salz

Paprikapulver, edelsüß

evtl. Kreuzkümmel

Zubereitung

Die Kichererbsen 4 Stunden oder über Nacht mit Wasser bedeckt einweichen. Wasser abgießen, in einen Topf geben und mit frischem Wasser bedecken. Anschließend zum Kochen bringen und ca. 1 Stunde köcheln, dann abtropfen lassen.

Kichererbsen, Tahini, Zitronensaft, Öl, Knoblauch, 2 El Wasser und Salz in die Küchenmaschine geben und laufen lassen, bis ein glattes Püree entstanden ist. Wer mag, kann auch noch ein wenig Cumin hinzugeben.

Die Paste in einer Schüssel anrichten und mit Paprika bestreut als Dip oder Aufstrich servieren. Dazu wird arabisches Brot, wie Pita oder Fladenbrot, gereicht.

Die Paste hält sich ein paar Tage abgedeckt im Kühlschrank und ist sehr mächtig.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
29.01.05 Alexa.King

Indische Erdnuss Paste M

Zutaten für 1 Portionen
200 g Erdnüsse, geschält
1 El Öl Erdnussöl

100 g Joghurt

½ Zwiebeln
1 Zehe/n Knoblauch
½ Tl Kreuzkümmel, gemahlen
1 Tl Koriander, gemahlen
Salz
Pfeffer
1 Prise Zucker
Cayennepfeffer

Zubereitung

Erdnüsse in einer trockenen Pfanne rösten bis sie goldgelb sind. Abkühlen lassen. Im Mixer oder im Mörser zu einer cremigen Paste verarbeiten. Mit dem Öl und dem Joghurt verrühren. Zwiebel und Knoblauch pellen, fein hacken und unterrühren. Masse mit dem Gewürzen pikant abschmecken.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
24.12.02 kleine Hexe

Kartoffel Knoblauch Paste

Zutaten für 4 Portionen
400 g Kartoffeln, festkochende
4 Zehe/n Knoblauch
5 El Olivenöl
6 El Fleischbrühe / Gemüsebrühe, Instand
Salz
1 kleine Zitronen, den Saft
1 dünne Peperoni, milde oder scharfe

Zubereitung

Die Kartoffeln in einem Topf knapp mit Wasser bedecken und mit der Schale etwa 25 Minuten garen, möglichst heiß pellen und durch die Kartoffelpresse oder durch ein Haarsieb in eine Schüssel drücken. Die Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse zu den Kartoffeln drücken. Das Olivenöl und die Fleischbrühe / Gemüsebrühe, Salz und den Zitronensaft dazugeben und alles zu einer geschmeidigen Paste verrühren. Ist sie zu fest, evtl. noch etwas Fleischbrühe / Gemüsebrühe oder Öl unterrühren. Die Kartoffelpaste auf einem flachen Teller anrichten, die Peperoni längs aufschneiden, ausspülen, in Ringe schneiden und die Paste damit garnieren.

Brennwert p. P. 360

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

24.03.04 Molly43

Knoblauch Feta Paste M

Zutaten für 4 Portionen

1 Pkt. Feta-Käse

6 El Olivenöl

2 El Sambal Oelek oder andere Chilizubereitungen

n. B. Basilikum

Knoblauch

evtl. Frischkäse

Zubereitung

Alle Zutaten in den Mixer geben. Die Paste schmeckt grob ebenso, wie richtig cremig gemixt. Wer es noch einen Tick sahniger mag, rührt zum Schluss noch etwas sahnigen Frischkäse unter.

Dazu schmecken Ciabatta oder Baguette. Diese Paste ist im Glas ca. 1,5 Wochen haltbar. Man kann sie auch einfrieren.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten

12.12.05 Unikum

Knoblauch Paste

Moretum,

Zutaten für 4 Portionen

250 g Schafskäse
2 Zehe/n Knoblauch
2 El Kräuter, frisch Petersilie, Koriander, Minze o.ä.
1 El Essig Weinessig
1 El Olivenöl

Zubereitung

Knoblauchzehen schälen und mit dem Schafskäse zu einer Paste zerdrücken. Kräuter zugeben. Schließlich Essig und Öl zugeben. Wer es hübsch mag, kann Kügelchen formen.

Mit frischem Baguette oder Ciabatta servieren.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten

01.03.05 Toshibabe

Knoblauchbrot

Zutaten für 6 Portionen

1 großes Weißbrot möglichst vom Vortag

250 g Butter

200 g Schafskäse

1 Bund Petersilie

1 Bund Basilikum

1 Bund Majoran

1 Bund Thymian

6 Zehe/n Knoblauch

Zubereitung

Das Brot fächerartig einschneiden. Am Boden muss es zusammenhängend bleiben.

Die Knoblauchzehen schälen und auspressen und mit der Butter und den Kräutern zu einer Paste verrühren. Nun die Paste von beiden Seiten auf die Brotscheiben streichen. Die restliche Masse auf dem Laib verteilen. Brot in Alufolie wickeln und für 35 Minuten bei 180 °C im Ofen backen.

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

17.09.02 Poppelvog

Kräuterpaste M

1 Knoblauchzehe

2 Ei Schmant

Salz

Cayennepfeffer

1 Bund Basilikum

1 Bund glatte Petersilie

unbehandelte Zitronenschale

in feinen Streifen

Knoblauch schälen und fein hacken. Mit Schmant verrühren, mit Salz und Cayennepfeffer würzen. Kräuter fein hacken, zusammen mit der Zitronenschale unterrühren.

Kutscher Nudeln M

Zutaten für 6 Portionen

750 g Nudeln Spaghetti

6 reife Tomaten

4 Zehe/n Knoblauch

1 Prise Chili

150 ml Öl Olivenöl

125 g Käse Ricotta oder Pecorino, gerieben

Zubereitung

Nudeln nach Packungsanweisung in reichlich Salzwasser kochen.

Tomaten schälen und hacken und mit dem Saft der Tomaten in eine Schüssel geben. Den Knoblauch, Basilikum und Chiliflocken mit einer Prise Salz im Mixer zerkleinern und mit dem Olivenöl zu einer cremigen Paste verrühren. Jetzt die Tomaten und die Knoblauchpaste miteinander vermischen.

Nudeln abgießen ein paar Löffel des Nudelwassers aufheben und in eine Schüssel geben; geriebenen Käse dazugeben und mit dem aufgehobenen Nudelwasser übergießen.

Nudeln mit der Sauce verrühren und vor dem Servieren mit dem restlichen Käse bestreuen.

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

29.04.02 eipesch

Mozzarellabällchen im Pestomantel M

Zutaten für 4 Portionen

50 g Basilikum, frisch

3 El Pinienkerne

3 El Parmesan, frisch gerieben

2 Zehe/n Knoblauch

80 ml Öl Olivenöl

300 g Mozzarella - Kugeln, kleine

Zubereitung

Basilikum, Pinienkerne, Parmesan, und Knoblauch in der Küchenmaschine pürieren, langsam das Olivenöl zugeben, bis sich eine sämige Paste bildet, na ja, ein Pesto zubereiten also. Dieses Pesto in einer Schüssel mit den Mozzarella-Kugeln mischen, abdecken und 2 Stunden kühl stellen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

23.10.03 Tilla

Oliven Paste I

60 g schwarze Oliven, entsteint

1 Tl Zitronensaft

1 Knoblauchzehe

frischer Rosmarin und Thymian

1 El feine Kapern

1 El kalt gepresstes Olivenöl

Salz

schwarzer Pfeffer aus der- Mühle

Oliven Paste:

Alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren. Mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer kräftig abschmecken.

Oliven Paste II

(Tapenade)

140 g Oliven mit Kern, grün

140 g Oliven mit Kern, schwarz
90 g Tomaten, getrocknet, in Öl
1 Knoblauchzehe
1 El Kapern
1 Chilischote
75 ml Olivenöl
Pfeffer
Thymian

Oliven entkernen und sehr klein schneiden bzw. in einer Küchenmaschine zerkleinern. Tomaten aus dem Öl nehmen, abtropfen +, Knoblauch schälen, + Kapern und Chilischote alles fein hacken.

Alles in eine Schüssel geben und mit dem Olivenöl gut vermischen. Mit Pfeffer und Thymian abschmecken.

Anmerkung: Wer kein Fleisch aber gelegentlich Fisch isst, kann die Olivenpaste durch 2-3 abgespülte und klein gehackte Sardellen verfeinern.

Anmerkung: Die Paste hält sich im Einweckglas bis zu 2 Wochen im Kühlschrank.

Oliven Paste I I I

Zutaten für 1 Portionen
100 g Oliven, schwarz, entsteint
1 El Kapern
1 El Pinienkerne
1 El Tomatenmark
3 El Olivenöl, kalt gepresst
Pfeffer, frisch gemahlen
einige Pinienkerne

Alle Zutaten in den Mixer oder die Küchenmaschine geben und fein pürieren. Die Paste mit Pfeffer abschmecken.
Salz ist in der Regel nicht nötig, weil sowohl Oliven als auch Kapern salzig sind. Als Unterlage schmecken geröstete Weißbrotscheiben. Zur Deko einige Pinienkerne darauf streuen.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten
15.12.04 wussi

Paprika Nuss Paste M

Zutaten für 6 Portionen

500 g Paprikaschoten, rot
1 El Öl
100 g Haselnüsse, gemahlen
1 Bund Basilikum, fein gehackt

200 g Frischkäse

½ TI Paprikapulver, edelsüß
1 Zehe/n Knoblauch zerdrückt
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Paprika waschen und putzen, in kleine Würfel schneiden und im heißen Öl ca. 8 Min. weich dünsten. Anschließend pürieren. Gemahlene Nüsse ohne Fett in einer Pfanne rösten. Alle Zutaten vermischen und die Masse pikant mit den Gewürzen abschmecken. Anstelle von Haselnüssen kann man auch Cashewkerne oder Erdnüsse verwenden. Als Brotaufstrich so gut wie zu Pellkartoffeln.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

12.06.01 Petra Regina

Kommentar von problau 24.06.2002 1034

Sehr leckeres Rezept. Ich hätte die Paste allerdings gerne etwas fester, weshalb ich das nächste Mal vorsichtshalber mehr Frischkäse da habe um evtl. noch etwas nachzugeben, falls es zu flüssig wird. Hängt vielleicht auch von der Qualität der Paprikaschoten ab. Jedenfalls wieder mal eine schöne Bereicherung unseres Speiseplans

Paprika Paste

2 lg rote Paprika
2 Salbeiblättchen
1 TI kalt gepresstes Olivenöl
1 TI Paprikamark
Salz
schwarzer Pfeffer

Paprika Walnuss Paste

Zutaten für 4 Portionen
250 g Paprikaschoten
1 Zehe/n Knoblauch
50 g Walnüsse, Kerne
2 Scheibe/n Brot Vollkorntoast
3 El Olivenöl
Salz
½ TI Gewürzmischung Harissa

Zubereitung

Die Paprikaschote waschen, halbieren, putzen. 1/8 Schote in feine Streifen schneiden, den Rest grob zerkleinern. Knoblauchzehen schälen. 3-4 Walnusskerne beiseite legen. Übrige Walnüsse mit den Paprikastücken, dem Knoblauch, dem Brot und dem Olivenöl im Mixer zu feiner Creme verarbeiten. Mit Salz und Harissa abschmecken und in eine kleine Schüssel füllen. Mit den Paprikastreifen und den ganzen Walnüssen garnieren.

Harissa ist eine sehr scharfe Paste aus Chilis, Essig, Öl, Kreuzkümmel und Koriander. Man bekommt sie in arabischen und türkischen Läden.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
16.02.05 Sushiröllchen

Pesto mit Mandeln M

Zutaten für 1 Portionen
30 g Basilikum, frisch
30 g Knoblauch
100 g Mandeln
100 g Pinienkerne
63 ml Olivenöl

100 g Parmesan

Zubereitung

Alle Zutaten zusammen in der Küchenmaschine fein hacken und zu einer Paste verarbeiten.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten
06.07.05 Inschallah

Petersilien Pesto

Zutaten für 8 Portionen

75 g Petersilie, gehackt

2 Zehe/n Knoblauch

40 g Pinienkerne, geröstet

40 g Mandeln, Blätter, geröstet

65 g Parmesan, gerieben

150 ml Öl, Olivenöl

Pfeffer

Salz

Alle Zutaten in einem Mixer pürieren. Anschließend im Mörser zu einer Paste verarbeiten. Knapp eine Tasse Olivenöl langsam dazugießen bis die Paste bindet und glatt wird. Pesto in eine Schüssel löffeln, restliches Olivenöl dazugeben, zudecken und kühl stellen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten

17.11.01 Sofi

Rote Bohnen Paste

Zutaten für 1 Portionen

250 g Bohnen, rot Azuki

250 g Zucker

1 Prise Salz

Zubereitung

Diese Paste aus roten Bohnen, auf Japanisch Azukian, ist eine der häufigsten Zutaten in traditionell japanischen Süßigkeiten Wagashi, die europäischen Süßigkeiten nennt der Japaner Yougashi, ich mag sie aber auch gerne so naschen. An, oder auch manchmal Anko genannt, steht hierbei für die Paste - sie wird auch mal aus weißen, grünen Bohnen oder Maronen hergestellt; Azuki ist die Bezeichnung der roten Bohnen, die nicht mit den Kidneybohnen zu verwechseln, obwohl die Farbe sehr ähnlich ist ca. 5 mm lang und 3mm dick ist, also relativ klein Azuki wird in zwei Zeichen geschrieben, die "klein" und "Bohne" heißen. Ich habe die Bohnen bislang leider nicht in allen Asia-Läden gefunden, ich empfehle allen, die danach Ausschau halten, zu einem Laden zu gehen, der eine besonders gut ausgestattete japanische Abteilung hält. Dort kann man auch gleich die Paste in Dose oder verarbeitet in einer Süßigkeit kaufen, um zu probieren, ob es einem überhaupt schmeckt, wer es nicht kennt. Süße Bohnen sind wohl einfach nicht jedermanns Geschmack.

So, genug des Vorwortes, ich hoffe einfach mal, dass zumindest die Leute, die sich in dieses Rezept "verirrt" haben, sich für so etwas interessieren
Also hier das Rezept

Die Bohnen zügig waschen, für kürzere Kochzeiten über Nacht in Wasser einweichen lassen. In einem Topf mit reichlich Wasser aufkochen, das Wasser verwerfen und die Bohnen wiederum mit reichlich Wasser aufkochen. Immer mal wieder Wasser nachgießen und öfter den entstehenden Schaum abschöpfen. Etwa ein bis anderthalb Stunden köcheln lassen, bis die Bohnen gar sind eine Bohne probieren, wenn sie noch bissfest ist, weiter kochen.

Hier kann man die Bohnen auch durch ein feines Sieb pressen und die Haut verwerfen, um eine glattere Paste Japaner unterscheiden zwischen "Tsubuan", bei dem man noch ganze Bohnen erkennen kann und "Koshian", der eben glatt ist zu bekommen.

Dann soviel Wasser verwerfen, dass sich die Bohnen gerade unter der Wasseroberfläche befinden. Zucker und Salz hinzufügen, etwa 10 Min. bei schwacher Hitze kochen. Dann bei starker Hitze die Paste eindampfen lassen, dabei langsam mit einem Holzlöffel rühren. Vom Herd nehmen, wenn man beim Rühren den Topfboden sehen kann.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten

21.10.04 Nalf

Kommentar von Shimone 28.05.2005 0936

Genauso mache ich mein Anko auch.

Die dazugehörigen getrockneten Azuki-Bohnen findet man im übrigen sehr häufig in Bioläden.

Gruß

Shimone

Rotes Gift Miracel M

Zutaten für 8 Portionen

125 g Butter, weiche

60 g Miracel Whip

1 Tube/n Tomatenmark

2 Zehe/n Knoblauch, gehackt

125 g Feta-Käse

Kräuter der Provence

1 El Olivenöl

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Alle Zutaten vermischen, evtl. mit einem Mixer zu einer Paste verrühren. Im Kühlschrank mehrere Stunden ziehen lassen. Als Dip mit Fladenbrot servieren.

Zubereitungszeit ca. 30 Minuten
24.06.05 k.e.

Salatsoße für Tomaten M

Zutaten für 1 Portionen

125 g Käse (Gruyere), fein gerieben
25 g Pinienkerne (Pignoli), geröstet
½ Tasse/n Basilikum, Blätter, frisch
90 ml Essig (Weißweinessig)
180 ml Olivenöl
Salz
Pfeffer, schwarz, frisch gemahlen
½ Zehe/n Knoblauch
Tomaten), in Scheiben geschnitten

Zubereitung

In der Küchenmaschine vermengt man den Käse, die Nüsse und das Basilikum, verarbeitet es, bis sich eine Paste bildet. Nun den Essig einarbeiten. Während die Maschine läuft, das Öl im dünnen Strahl dazu geben und so lange weiter laufen lassen, bis es gut vermischt ist. Salzen und pfeffern nach Geschmack. Den Teller, auf dem die Tomaten serviert werden, mit einer halbierten Knoblauchzehe einreiben, damit das Aroma bleibt, aber nicht zu stark ist. In Scheiben geschnittene Tomaten auf dem Teller anrichten. Etwas von der Salatsoße darüber träufeln, das restliche Dressing separat dazu reichen.

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten
02.12.04 Quargl

Schafskäse Tomaten Paste

Zutaten für 4 Portionen

200 g Schafskäse
1 Tomaten
1 El Tomatenmark
2 El Olivenöl
2 Zehe/n Knoblauch, gepresst
Salz

Zubereitung

Den Schafskäse mit einer Gabel grob zerkleinern, das Olivenöl, das Tomatenmark und den Knoblauch zugeben, mit der Gabel alles zu einer Paste zerdrücken, mit Salz abschmecken Menge hängt davon ab, wie salzig der Schafskäse war, evtl. braucht es gar kein Salz. Zum Schluss die Tomate in kleine Würfel schneiden und unter die Masse ziehen. Die Paste schmeckt gut zu gegrilltem Fleisch, aber auch auf Fladenbrot sehr lecker.

Zubereitungszeit ca. 10 Minuten
24.04.04 adoehner

Sojamilch

Zutaten für 1 Portionen
900 g Sojabohnen, getrocknet
Essig, Zitronensaft, hydriertes Magnesiumsulfat, Nigari bzw. anderes Festigungs- oder Gerinnungsmittel
Wasser

Zubereitung

Weichen Sie die Sojabohnen über Nacht in ausreichend viel Wasser ein sie werden ihre Größe verdoppeln.
Geben Sie sie in den Mixer und zerkleinern Sie sie zu einer Paste. Wenn sie zu stark zerkleinert sind, wird es etwas schwierig sein die Milch abzusieben und sie wird etwas breiig in ihrer Beschaffenheit sein. Wenn die Paste nicht fein genug ist, erhält man nur einen geringen Ertrag.
Kochen Sie 9 Liter Wasser und mischen Sie es langsam in die Paste. Bringen Sie dies wieder zum Kochen. Lassen Sie es auf mittlerer oder niedriger Hitze für 15-20 Minuten kochen. Rühren Sie es gelegentlich um.
Gießen Sie die Mixtur gut durch ein feines Baumwoll- oder Nylontuch ab. Die Flüssigkeit die Sie dann erhalten heißt Sojamilch. Der Brei sollte beiseite gestellt werden und wird nicht zur Herstellung von Tofu benötigt. Er kann in Eintöpfen oder Vegeburgers verwendet werden.

Geeignet, um daraus Tofu zu machen. Siehe mein anderes Rezept diesbezüglich.

Zubereitungszeit ca. 2 Std.

17.01.06 Zett

Tapenade Tomaten Paste

Zutaten für 4 Portionen

1 Glas Tomaten, getrocknete in Öl abtropfen lassen oder ohne Öl

5 Oliven, schwarze ohne Kern

Knoblauch, beliebig viel frischen

1 Zitronen, abgeriebene Schale

Salz

Pfeffer

6 El Olivenöl, Extra Vergine

Zubereitung

Alle Zutaten in ein Gefäß geben und mit dem Mixer zu einer Paste mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Das Öl von den getrockneten Tomaten nicht nehmen.. Besser ist es, vor dem Mixen gutes Olivenöl Extra Vergine ca. 5 - 7 El hinzuzugeben.

Zubereitungszeit ca. 5 Minuten

19.03.04 iberger

Kommentar von jonielady 29.04.2005 1901

Ich finde das Öl von den gekauften eingelegten Sachen sogar so eklig, dass ich das Gemüse immer mit Wasser abspüle und dann alles mit Küchenpapier trocken tupfe.

Frisches Olivenöl schmeckt um Klassen besser dazu.

LG, Jonie

Kommentar von Rouille 13.06.2005 1029

Hi iberger

Magst auch keine Sardellen; man muss ja nicht alles so eng sehen, mir schmeckt die Tapenade ohne auch besser, mal mit Tomatem, mal ohne, je nach Laune - letzthin mit Thunfisch vermennt - ein klasse Brotaufstrich - Thonbrötchen mögen wir zwar immer, aber doch mal eine etwas andere Variante - schmeckt Dir vielleicht auch;

Gruß von Rouille

Thai Tofu Curry

Zutaten für 4 Portionen

400 g Tofu
2 El Sojasauce
1 kleine Zwiebeln
Chili, nach Geschmack
1 TI Ingwerpulver, oder frisch
1 TI Koriander, gemahlen
1 TI Kümmel
½ Bund Petersilie
1 El Sojasauce
1 Zitronen
1 TI Zucker
100 ml Kokosmilch
2 Zehe/n Knoblauch
2 El Öl

Tofu würfeln und in einer Schüssel mit der Sojasoße mischen. 15 marinieren lassen.

Für die Paste alle übrigen Zutaten, bis auf das Öl, in einer Küchenmaschine pürieren. Das Öl in einer Pfanne oder Wok erhitzen und die Tofuwürfel von allen Seiten schön braun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Wok auswischen. Paste in den Wok geben und kurz braten. Tofu zurück in den Wok geben und gut mit der Soße mischen.

Dazu passt Reis

Zubereitungszeit ca. 25 Minuten

13.01.04 ilonal

Walnuss Paprika Paste

Zutaten für 4 Portionen

3 große Paprikaschoten Spitzpaprika, rote
2 Zehe/n Knoblauch
4 Scheibe/n Zwieback
100 g Walnüsse
4 El Öl Olivenöl
2 TI Gewürzpaste Harissa
Salz

Zubereitung

Paprikaschoten halbieren. Kerne, Trennwände und Stielansätze herauslösen. Die Schotenhälften unter fließendem Wasser säubern, trocken tupfen. Etwa 1/2 Schotenhälfte in feine Streifen schneiden und aufbewahren, restliche Paprika in grobe Stücke schneiden. Knoblauch häuten und ebenfalls in Stücke schneiden. Paprika und Knoblauch in einen Rührbecher geben. Zwieback in Stücke brechen. 8 Walnusskerne beiseite legen. Die übrigen Walnusskerne mit Zwieback, Öl, Harissa und Salz in den Rührbecher geben. Alles mit dem Blitzhacker sehr fein zerkleinern. Die Paste in ein Schüsselchen geben und glatt streichen. Mit den beiseite gestellten Walnusskernen und Paprikastreifen garnieren. Dazu Fladenbrot servieren.

Brennwert p. P. 320

Zubereitungszeit ca. 20 Minuten

14.09.03 rote_bekky

Weißer Bohnen Paste M

Zutaten für 12 Portionen

100 g Bohnen, weiß, getrocknet

2 Zehe/n Knoblauch

100 g Tomaten, getrocknet, in Öl

50 g Parmesan, gerieben

2 TL Kapern

100 g Tomatenmark

6 EL Öl Oliven

Cayennepfeffer

Salz

Zubereitung

Die Bohnen über Nacht in 1/2 l Wasser einweichen und anschließend im Einweichwasser ca. 30 Min. garen. Abgießen und die Bohnen mit den übrigen Zutaten pürieren. Pikant abschmecken. Vorsichtig mit Salz.

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

04.11.01 Petra Regina

Kommentar von mutterSchiff 28.09.2005 1458

Prima Sache.

Habe allerdings anstelle der getrockneten Tomaten hab ich nicht wirklich welche im *Haushaltssortiment* auf Lager... frische genommen und dafür noch'n Schluck Olivenöl extra. Und dann das ganze auf eine Scheibe frisch gebackenes Brot als Brotaufstrich. Mmmmmhhhhh lecker.

Gruß

Zwiebelmischung

Zutaten für 4 Portionen
2 große Zwiebeln
3 Tomaten
3.5 cm Ingwer - Wurzel
5 Zehe/n Knoblauch
3 Chilischoten, grüne
4 TL Essig, weißer

Zubereitung

Diese Zwiebelmischung geht einher mit einigen indischen Gerichten, unter anderem auch den "Malai Baigan".
Sie ist einfach zuzubereiten alle Zutaten in einem Mixer zu einer weichen Paste verarbeiten. In einem luftdichten Behälter umfüllen und bis zum Gebrauch im Kühlschrank lagern. Hält sich bis zu zwei Wochen.

Zubereitungszeit ca. 15 Minuten
07.01.06 lillyfee2

Kommentar von lillyfee2 09.01.2006 1321

Hallo Lisa. Das ist eine Basismischung, die man unter anderem für die "Auberginen in saurer Sahne" benutzen kann. Ich könnte mich auch vorstellen, dass man die in der westlichen Küche zu diversem Gemüse benutzen kann. Üblicherweise wird sie ja angebraten, das macht auch das besondere Aroma aus.

Ich werde in meinen Rezepten immer einen Querverweis zu dieser Zwiebelmischung machen.

Liebe Grüße lillyfee

Hinweis M

Das **M** in den Titelleisten , bedeutet nur,

das sich im Rezept ,

Kuh Milch Produkte, befinden

Mit freundlichen Grüßen

Hans, Donnerstag, 9. Februar 2006

Hinweis Ei

Das **Ei** in den Titelleisten , bedeutet nur,
das sich im Rezept ,

Ei Produkte + deren Anzahl, befinden

Donnerstag, 9. Februar 2006

Mit freundlichen Grüßen

Hans

Hinweis für Word

Die Sammlung ist mit **Verdana 12** geschrieben,
wer eine kleinere Schriftgröße benutzt, bei dem stimmen die Seitenzah-
lenangaben nicht mehr, Sind aber weiterhin aktiv.

Der/die gehe bitte auf das jeweilige Verzeichnis ,
erst Inhaltsverzeichnis, dann Index,
mit der RECHTEN Maustaste

Felder aktualisieren / gesamtes Verzeichnis aktualisieren.
Dann speichern, O K.

Mit freundlichen Grüßen

Hans