

SLOW COOKER

Kreative Rezeptideen



SILVERCREST®

INHALTSVERZEICHNIS

Suppen 02

Hauptgerichte 14

Nachtsch 38

Stichwortverzeichnis 52

Bildnachweise 54



Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 4,5 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 4 Personen:

1 Butternusskürbis,
ca. 1,5 kg

1 große Zwiebel

3 - 4 Knoblauchzehen

3 cm Ingwer

200 g mehligkochende
Kartoffeln

2 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Garam Masala (indische
Würzmischung)

1 L Gemüsebrühe

2 Scheiben Toastbrot

2 EL Kürbiskerne

2 EL Butter

60 g saure Sahne

Vegetarisch

KÜRBISCREMESUPPE mit Garam Masala

Den Kürbis schälen, entkernen und grob würfeln.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein würfeln.

Den Ingwer schälen und fein würfeln.

Die Kartoffeln schälen, waschen und grob würfeln.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebel mit dem Knoblauch und dem Ingwer darin hell anschwitzen, dann beiseitestellen.

Kürbis, Kartoffeln und die Zwiebelmischung in den Keramiktopf geben.

Die Brühe angießen, alles mit Salz, Pfeffer und 1-2 TL Garam Masala würzen und zugedeckt 4,5 Stunden auf Stufe „SS“ garen.

Anschließend die Suppe ca. 10 Minuten abkühlen lassen.

Inzwischen das Toastbrot in kleine Würfel schneiden.

Die Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne trocken rösten, dann beiseitestellen.

Die Butter in der Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin ringsum goldbraun anrösten.

Die Suppe mit dem Mixstab cremig pürieren, abschmecken und in Tassen verteilen.

Jeweils 1,5 EL saure Sahne darauf geben, die Croûtons darauf verteilen und die Suppe mit den gerösteten Kürbiskernen und Garam Masala bestreut servieren.



SUPPE

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 6 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6 Personen:

3 EL Butterschmalz

250 g Karotten, in Scheiben

250 g Kartoffeln, gewürfelt

500 g Rindfleisch,
nicht zu groß gewürfelt

250 g Zwiebeln, gewürfelt

3 EL Tomatenmark

1 EL Paprikapulver, edelsüß

Salz, Pfeffer, Chili

2 Paprikaschoten, gewürfelt

1 L Fleischbrühe

GULASCHSUPPE

Die Karotten und die Kartoffeln mit einem EL Butterschmalz in einer Pfanne anschwitzen und in den Keramiktopf geben.

Im restlichen Butterschmalz die Fleischwürfel und die Zwiebeln anrösten und in den letzten Minuten das Tomatenmark hinzugeben.

Mit Salz, Paprika, Chili und Pfeffer würzen.

Das Fleisch dann ebenfalls in das Gerät geben.

Die Fleischbrühe und die Paprikaschoten hinzufügen.

Das Gerät für ca. 6 Stunden auf Stufe „S“ garen lassen.



Tipp:

Wer es gerne schärfer mag, kann auch einen Teil rosenscharfen Paprika verwenden.



KÄSE-LAUCH-SUPPE

Zubereitungszeit: 20 min

Garzeit ca.: 2,5 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Den Lauch putzen und in Ringe schneiden.

Die Zwiebeln häuten und in feine Würfel schneiden.

Beides mit dem Öl in einem Topf glasig braten und dann in den Keramiktopf geben.

Das Gerät auf Stufe „SS“ stellen und den Deckel auflegen.

Das Hackfleisch in einer Pfanne krümelig anbraten und auch in den Keramiktopf geben.

Die warme Gemüsebrühe hinzugießen und 2,5 Stunden auf „SSS“ oder 5 Stunden auf „SS“ garen.

Dann das Gerät auf „SSS“ stellen und den Schmelzkäse einrühren sowie die abgegossenen Pilze hinzugeben.

Mit ein wenig Muskat abschmecken und 30 Minuten lang köcheln lassen.

Vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

Zutaten für 4 Personen:

3 Stangen Lauch

2 Zwiebeln

1/2 EL Öl

500 g Hackfleisch, gemischt

Salz, Pfeffer, Knoblauchsatz

1 L Gemüsebrühe

1 Dose Champignons

100 g Sahne-Schmelzkäse

200 g Kräuter-Schmelzkäse

Muskat zum Abschmecken

Petersilie zum Bestreuen





LINSENSUPPE

mit Schinken

Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und beides in feine Würfel schneiden. Dem Sellerie die Fäden abziehen und in Scheiben schneiden. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden.

Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und den Schinken darin kurz anbraten. Den Schinken herausnehmen und zur Seite legen.

Nochmals etwas Öl in die Pfanne geben und erhitzen. Die Zwiebeln und den Knoblauch anbraten.

Den Zucker dazugeben und etwas karamellisieren lassen.

Das Tomatenmark hinzugeben und kurz mitbraten lassen. Mit dem Rotwein ablöschen und etwas einköcheln lassen.

Alles in den Keramiktopf geben. Das Fleisch, die passierten Tomaten, die Linsen, das Gemüse, den Thymian, die Lorbeerblätter und die Fleischbrühe hinzugeben.

Das Ganze auf Stufe „“ 3 - 4 Stunden köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren.

Mit Salz, Pfeffer und dem Balsamico abschmecken.

Den Majoran dazugeben und die Linsensuppe noch weitere 20 Minuten zu Ende garen.

Den Blattspinat waschen und trockenschleudern.

Das Fleisch herausheben, auf ein Brett legen und entweder in Stücke rupfen oder schneiden.

Die Lorbeerblätter und den Thymian entfernen und die Suppe in Schüsseln anrichten.

Den Babyspinat oben drauf verteilen und leicht in die Suppe drücken.

Das zerzupfte Fleisch darauf geben, die Blätter vom restlichen Thymianzweig abzupfen, darüber streuen und servieren.

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 3 - 4 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 4 Personen:

- 2 große Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Olivenöl
- 500 g gepökelter Schinken
- 1 EL brauner Zucker
- 4 Zweige Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 2 EL Tomatenmark
- 150 ml Rotwein
- 250 g passierte Tomaten
- 800 ml Fleischbrühe
- 250 g braune Linsen
- 2 Möhren
- 3 Stangen Staudensellerie
- Salz
- Pfeffer, aus der Mühle
- 1 EL Majoran, getrocknet
- 3 EL Aceto Balsamico
- 1 Handvoll Babyspinat

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 3 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

GEMÜSESUPPE

Zutaten für 6 Personen:

6 Kartoffeln

6 Karotten

1 kleine Kohlrabi

1 Stange Porree

1/2 Knoblauchzehe
(gehackt)

170 g grüne Bohnen

1100 ml Gemüsebrühe

100 ml Sahne

3 EL Pfeffer

2 TL Salz

1 TL Thymian

2 EL Petersilie
(gehackt)

3 TL Speisestärke

Die Karotten, die Kartoffeln und die Kohlrabi schälen und in kleine Würfel schneiden.

Die grünen Bohnen putzen.

Den Porree waschen und in Ringe schneiden.

Das Gemüse zusammen mit der Brühe, dem gehackten Knoblauch, der gehackten Petersilie und den Gewürzen in den Keramiktopf geben. Das Gerät für ca. 3 Stunden auf Stufe „“ garen lassen.

Die Speisestärke in etwas lauwarmem Wasser auflösen und unterrühren. Die Sahne dazugeben.

Alles noch einmal ca. 15 Minuten köcheln lassen.

Abschmecken, gegebenenfalls nachwürzen und servieren.



ERBSENSUPPE

Die Kartoffeln und die Zwiebeln schälen und würfeln.

Das Suppengrün putzen und würfeln.

Die Schälerbsen, die Zwiebeln, die Kartoffeln und das Suppengrün in den Keramiktopf geben.

Hinweis: *Ungeschälte Erbsen müssen vor der Verwendung über Nacht eingeweicht werden! Es muss auch eine längere Garzeit einkalkuliert werden!*

Das Fleisch und die Würstchen darauf legen.

1,5 Liter heißes Wasser zugeben, bis alle Zutaten gerade bedeckt sind.

Mit Salz und Pfeffer oder etwas gekörnter Brühe abschmecken.

Deckel aufsetzen und auf Stufe „SSS“ 4 bis 4,5 Stunden garen.

Fleisch vorsichtig entnehmen und gegebenenfalls Fett und Knochen vom Fleisch entfernen. Das Fleisch würfeln.

Mett- und Wiener Würstchen in Scheiben schneiden.

Je nach Konsistenz einen Teil der Suppe in einem separaten Gefäß pürieren.

Suppe, Fleisch und Würstchenscheiben in den Keramiktopf zurückgeben und den Eintopf gut umrühren.

Gegebenenfalls nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Petersilie waschen und hacken.

Erbsensuppe damit bestreuen.

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 4 h - 4 h 30 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 6 Personen:

500 g Grüne Schälerbsen,
getrocknet

2 Zwiebeln

1/2 Bund Suppengrün

400 g Kasseler Nacken

2 Mettwürstchen, geräuchert

1 Lorbeerblatt

1 TL Majoran, getrocknet

500 g Kartoffeln

4 Wiener Würstchen

Salz, Pfeffer, gekörnte Brühe

1 Bund Petersilie

1,5 L Wasser

SUPPE

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 4 h 10 min

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Brokkoli

300 g Kartoffeln,
mehligkochend

1/2 Stange Lauch

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

1 L Geflügelfond

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

250 g Erbsen, TK

100 g geriebener Pecorino

100 g geriebener Fontina

75 g geriebener Parmesan

2 EL Schnittlauchröllchen

Olivensöl, zum Beträufeln

BROKKOLICREMESUPPE mit dreierlei Käse

Den Brokkoli waschen, in Röschen teilen, den Strunk schälen und diesen ebenso klein schneiden.

Die Kartoffel schälen und würfeln.

Den Lauch waschen, und klein schneiden.

Zwiebel und Knoblauch schälen und klein schneiden.

Alles zusammen mit dem Geflügelfond, etwas Salz und Pfeffer in den Keramiktopf geben und den Deckel darauflegen.

Ca. 4 Stunden auf Stufe „SSS“ garen.

Deckel öffnen, Erbsen hinzufügen und weitere 5-10 Minuten abgedeckt köcheln.

Anschließend den Pecorino, den Fontina und die Hälfte des Parmesans mit einem Stabmixer in die Suppe pürieren, bis alles fein ist und sich verbunden hat.

Abschmecken, auf Schüsseln verteilen, den restlichen Parmesan, die Schnittlauchröllchen darüber verteilen und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.



SUPPE

Zubereitungszeit: 15 min

Garzeit ca.: 5 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6 Personen:

- 1 kleines Suppenhuhn, küchenfertig
- 1 - 1,5 Liter Wasser
- 4 Karotten
- 1/4 Knolle/n Sellerie
- 2 Petersilienwurzel(n)
- 1 Stange/n Porree
- 1 EL Salz
- 1 TL Liebstöckel, getrocknet
- 1 TL Pfeffer, schwarz, gemahlen
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Ingwerwurzel, gehackt
- 1 Bund Petersilie, kraus

HÜHNERSUPPE

Das Gerät 10 Minuten auf Stufe „“ vorwärmen lassen.

Den Porree in Scheiben schneiden und das restliche Gemüse klein würfeln.

Das Suppenhuhn in den Keramiktopf legen.

 **Tipp:** Suppenhühner sollten nicht zu mager sein. Für eine gute Brühe benötigt man Fett. Auf keinen Fall das Fett vor dem Kochen abschneiden!

Über das Huhn die Gemüsesewürfel sowie sämtliche Gewürze, außer der Petersilie, verteilen.

Mit dem Wasser aufgießen. 5 Stunden auf Stufe „“ garen.

Nach Ablauf der Garzeit das Huhn aus der Brühe nehmen, das Fleisch von den Knochen lösen, in mundgerechte Stücke schneiden oder zupfen und zurück in den Keramiktopf geben.

Einige Minuten das Fleisch wieder heiß werden lassen.

Die Petersilie hacken und dazugeben.



Tipp:

Wer knackiges Gemüse mag, gibt 1 Stunde vor Ende der Garzeit noch weiteres Gemüse zu.

LASAGNE-SUPPE

Das Rinderhack zusammen mit den Zwiebeln im Öl in einer Pfanne anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und in den Keramiktopf geben.

Die Tomaten, den Knoblauch den Fond und das Wasser hinzugeben und das Gemüse mit einrühren.

Basilikum und Oregano dazugeben und, je nach Geschmack, mit Salz und Pfeffer würzen.

Auf Stufe „“ 3,5 bis 4 Stunden garen.

Den Spinat auftauen lassen.

Die Nudeln in einem separaten Topf al dente kochen und beiseitestellen.

Nudeln und Spinat mit in den Keramiktopf geben und noch weitere 30 Minuten auf „“ heiß werden lassen.



Tipp:

Geben Sie Pizzakäse, Parmesan oder Ricotta zum Servieren über die Suppe und bestreuen Sie sie mit Basilikum.

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 4,5 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6 Personen:

500 g Rinderhack

2 Zwiebeln, gehackt

2 EL Olivenöl

2 Dosen gehackte Tomaten
(800 g)

500 ml passierte Tomaten

400 ml Rinderfond

400 ml Wasser

2 rote Paprika, in Würfeln

1 Knoblauchzehe
(fein gehackt)

200 g Champignons, frisch,
in Scheiben

je ½ TL Basilikum und
Oregano, getrocknet

Salz, Pfeffer

150 g breite Bandnudeln,
ungekocht

100 g Spinat (Tiefkühltruhe)

Zum Servieren:

frisches Basilikum

200 g Pizza-Käse, gerieben
(Mozzarella)

optional Parmesan und/oder
Ricotta

HAUPTGERICHT

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit mind.: 7 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6–8 Personen:

1,3 - 1,5 kg Schweinefleisch,
ohne Knochen (Schulter oder
butt (obere Schulter))

2 EL brauner Zucker

1 EL Paprikapulver, süß

2 TL grobes Salz

Pfeffer, aus der Mühle

2 große Zwiebeln

500 ml Ginger-Ale oder
Root Beer

1 Flasche Barbequesauce

PULLED PORK

Das Schweinefleisch abbrau-
sen und trocken tupfen.

Den Zucker mit dem Paprika-
pulver, Salz und dem Pfeffer
in einem kleinen Schälchen
vermengen. Das Fleisch
rundherum damit einreiben.

Die Zwiebel schälen und in
Ringe schneiden.

Die Hälfte der Zwiebeln in
den Keramiktopf geben.

Das Fleisch auf das Zwie-
belbett legen und mit den
restlichen Ringen bedecken.

Das Ginger-Ale angießen
und alles auf Stufe
„S“ zugedeckt 6-7 Stunden
garen lassen.

Das weiche Fleisch wieder
herausnehmen und beisei-
telegen.

Falls nötig, überschüssiges
Fett vom Fleisch entfernen
und mit zwei Gabeln zerpflü-
cken, um das typische Pulled
Pork zu bekommen.

Das Schweinefleisch zusam-
men mit den Zwiebeln wie-
der zurück in den Slowcook-
er geben und die Barbecue
Sauce untermengen.

Alles zusammen zugedeckt
nochmal 1-2 Stunden garen.

Das Pulled Pork nach
Belieben pur servieren, auf
Reis, in einem Brötchen oder
einem Sandwich.



HAUPTGERICHT

Zubereitungszeit: 45 min

Ruhen ca.: 3 h

Garzeit ca.: 1 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 8 Personen:

Für die Fladenbrote:

ca. 360 g Mehl

2 TL Salz

200 ml Wasser

Mehl, zum Arbeiten

Für das Chili:

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

2 rote Chilischoten

2 EL Olivenöl

800 g Hackfleisch, Rind

2 TL Tomatenmark

ca. 500 ml Fleischbrühe

4 Tomaten

250 g Kidneybohnen
(aus der Dose)

2 Stängel Oregano

1/2 TL Kumin, gemahlen

1/2 TL brauner Zucker

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zum Garnieren:

4 grüne Chilischoten

250 g Sauerrahm

ca. 200 g geriebener Cheddar

Cayennepfeffer

TACOS mit Chili con Carne

Für die Fladen das Mehl mit dem Salz in einer Schüssel mischen.

Das Wasser dazu geben und zu einem geschmeidigen Teig verkneten.

Falls nötig noch etwas Wasser oder Mehl hinzufügen.

Zur Kugel formen und in Folie gewickelt ca. 3 Stunden ruhen lassen.

Für das Chili die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln.

Die Chilischoten halbieren, putzen und ebenfalls klein schneiden.

Das Öl in eine heiße Pfanne oder einen Topf geben und darin das Hackfleisch unter Rühren krümelig anbraten.

Nach leichter Bräunung die Zwiebel- und Knoblauchwürfel sowie die Chilis untermengen.

2-3 Minuten mitbraten lassen und das Tomatenmark kurz mitschwitzen.

Alles in den Keramiktopf geben. Das Gerät auf „“ stellen und die Brühe hinzugeben.

Die Tomaten waschen, die Stielansätze herausschneiden und in grobe Stücke schneiden.

Zum Chili geben und ohne Deckel etwa 1 Stunde leise köcheln lassen. Währenddessen ab und zu rühren.

Währenddessen den Teig für die Fladen in 8 gleichgroße Stücke schneiden und diese auf bemehlter Fläche zu dünnen Fladen ausrollen.

Fortsetzung auf Seite 18



Das Mehl abklopfen und die Fladen in einer heißen Pfanne ohne Fett nacheinander von beiden Seiten je ca. 1 Minute braten.

Danach herausnehmen und in kleine Stücke schneiden. Auskühlen lassen.

Die Bohnen abbrausen und gut abtropfen lassen.

Etwa 15 Minuten vor Ende der Garzeit zum Chili geben.

Die Oreganoblätter abzupfen und fein hacken.

Zum Schluss unter das Chili mengen und mit Kumin, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Die grünen Chili abbrausen, entkernen und in feinste Ringe schneiden.

Das Chili auf den Brothäppchen anrichten und je mit einem Kleks Sauerrahm, Käse und den Chiliringen belegen.

Mit etwas Cayennepfeffer bestreuen und servieren.



KARTOFFEL-SENF-TOPF

Die Kartoffeln, die Karotten und den Sellerie in kleine Würfel schneiden und mit der Brühe und dem Lorbeerblatt in den Keramiktopf geben.

Auf Stufe „“ 2,5 Stunden garen lassen.

Die Zwiebeln fein würfeln.

Die Bacon-Streifen in einer Bratpfanne knusprig braten und entnehmen.

Die Zwiebelwürfel im Speckfett glasig schmoren.

Nach den 2,5 Stunden die saure Sahne, den Senf, die Bacon-Streifen und die Zwiebeln mit in den Keramiktopf geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Schluss die fein gehackte Petersilie einrühren.

Zubereitungszeit: 30 min
Koch-/Backzeit ca.: 2,5 h
Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 3-4 Personen:

8 mittelgroße Kartoffeln

3 Karotten

1 Scheibe Knollensellerie

300 ml Hühnerbrühe

1 Lorbeerblatt

2 EL Senf, mittelscharf

150 g saure Sahne

3 Zwiebel(n)

1 Pck. Bacon
 (in Streifen geschnitten)

2 Stängel Petersilie

Salz und Pfeffer



Zubereitungszeit: 30 min
Marinierzeit ca.: 30 min
Kochzeit ca.: 7 h 40 min
Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Rinderbrust
Salz
Pfeffer
1 Karotte
100 g Sellerie
1 Lorbeerblatt
750 ml Rinderfond
150 ml Rotwein
1 TL Paprikapulver
6 Wacholderbeeren
1 kleiner Zweig Thymian
650 g Kartoffeln,
mehligkochend
100 ml Milch
Muskatnuss
4 Zwiebeln
100 g Butter,
in kleinen Würfeln
300 g Zuckerschoten

GESCHMORTE RINDERBRUST mit Zwiebeln und Kartoffelbrei

Die Rinderbrust mit Salz und Pfeffer würzen und einreiben. 30 Minuten ziehen lassen und anschließend in den Keramiktopf geben.

Die Karotte waschen und in Würfel schneiden. Den Sellerie waschen und ebenso würfeln.

Alles zusammen mit dem Fond, dem Rotwein, Gewürzen und Thymian zum Fleisch geben, den Deckel aufsetzen und auf Stufe „S“ Stufe ca. 7 Stunden schmoren.

Die Kartoffeln waschen und in kochendem Salzwasser ca. 35 Minuten kochen, abgießen, ausdampfen lassen und noch warm pellen und durch eine Presse in einen Topf drücken.

Die Milch erhitzen, mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Zu den Kartoffeln gießen und die Hälfte der Butter einrühren und warm halten.

Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden.

Mit der Hälfte der restlichen Butter in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Minuten dünsten bis sie leicht braun sind.

Etwas Fond vorsichtig aus dem Keramiktopf entnehmen zu den Zwiebeln gießen. Einreduzieren lassen, durchschwenken und zur Seite stellen.

Die Zuckerschoten waschen, putzen und 2-3 Minuten über kochendem Wasser in einem Siebeinsatz gar dämpfen.

Das Fleisch herausnehmen, quer zur Faser in Scheiben schneiden und auf den Tellern anrichten.

Püree und Zuckerschoten daneben anrichten, die Zwiebeln auf dem Fleisch verteilen und nach Belieben mit etwas Kochfond übergießen und servieren.





SCHWEINEBRATEN

mit Süsskartoffel und Bohnen

Das Fleisch und die Knochen kalt abbrausen und trocken tupfen. Das Fleisch rundherum mit Salz und Pfeffer einreiben.

Die Zwiebeln, Knoblauch, Möhren und Sellerie schälen und würfeln.

Das Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch rundherum braun anbraten.

Wieder herausnehmen, dann die Knochen darin ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze unter Rühren braun anrösten.

Das Gemüse zugeben und braun mitbraten.

Alles in den Keramiktopf geben und die Fleischbrühe, sowie 250 ml des Bieres hinzugeben.

Das Fleisch mit hineinlegen und 2-2,5 Stunden auf Stufe „“ garen.

Den Braten zwischendurch immer wieder kontrollieren und nach Bedarf Fleischbrühe und das restliche Bier nachgießen.

Die Süßkartoffeln waschen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.

Mit grobem Meersalz und Olivenöl rundherum einreiben, in eine Ofenform setzen und für ca. 70 Minuten im vorgeheizten Ofen auf 180 °C backen.

Das Fleisch aus der Sauce heben und auf einem Gitter im Ofen warmhalten.

Die Knochen entfernen und die Sauce durch ein feines Sieb passieren.

Nach Bedarf noch ein wenig einköcheln lassen oder Flüssigkeit ergänzen (nach Wunsch mit Speisestärke leicht binden).

Fortsetzung auf Seite 24

Zubereitungszeit: 1 h 15 min

Garzeit ca.: 2 h 50 min

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 4-6 Personen:

Für den Braten:

1,5 kg Schweinebraten,
z. B. aus der Nuss

500 g klein gehackte
Schweineknochen

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

2 Zwiebeln

1 Knoblauchzehe

2 Möhren

150 g Knollensellerie

2 EL Pflanzenöl

ca. 400 ml Fleischbrühe

500 ml dunkles Bier

Für die Beilagen:

2 mittelgroße Süßkartoffeln

grobes Meersalz

Olivenöl

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zitronensaft

40 g Butter

500 g grüne Bohnen

1 - 2 Zweige Bohnenkraut

HAUPTGERICHT

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Bohnen in reichlich kochendem Salzwasser zusammen mit dem Bohnenkraut ca. 8 Minuten blanchieren. Anschließend abgießen und abtropfen lassen.

Die Süßkartoffeln halbieren, das Innere mit einer Gabel

lockern, mit Salz und Pfeffer würzen, mit einem Spritzer Zitronensaft beträufeln und mit je einem Stück Butter belegen.

Den Schweinebraten in Scheiben schneiden und mit etwas Sauce, den Bohnen und Süßkartoffeln auf Tellern anrichten.

Zubereitungszeit: 30 min
Garzeit mind.: 3 h
Schwierigkeitsgrad: leicht

CHILI-GERICHT

Zutaten für 4-6 Personen:

800 g Hackfleisch
(halb Rind, halb Schwein)

2 Zwiebeln

2 Dosen Tomatenstücke
(ca. 800 ml)

2 Paprika

1 EL Chili, gemahlen

5 Chili-Schoten

1 TL Kümmel, gemahlen

1 Dosen rote Bohnen

1 Dose Mais

Das Hackfleisch in einer Pfanne anbraten und in den Keramiktopf geben.

Die Paprika und die Chilis Schoten waschen, entkernen und klein schneiden

Die Zwiebeln in kleine Stücke schneiden.

Die Bohnen und den Mais abtropfen und mit klarem Wasser abspülen.

Alle Zutaten zu dem Hackfleisch in den Keramiktopf geben und durchmengen.

Den Deckel auflegen und alles ca. 3 Stunden auf Stufe „“ köcheln lassen.



GRÜNKOHLEINTOPF

Grünkohl waschen, von den groben Rippen befreien und klein schneiden.

Möhren, Zwiebeln und Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden.

Porree längs aufschneiden, gründlich waschen und in Ringe oder kleine Stückchen schneiden.

Das Öl in einem Topf erhitzen, darin nacheinander die Zwiebeln, den Knoblauch, die Möhren und den Porree kurz anbraten.

Den kleingeschnittenen Grünkohl zufügen, zusammenfallen lassen und mit der Gemüsebrühe ablöschen.

Alles in den Keramiktopf umfüllen.

Äpfel waschen und klein würfeln, zusammen mit den passierten Tomaten und dem Senf in den Keramiktopf geben, umrühren und ggf. mit Salz und Pfeffer würzen.

4 - 5 Stunden auf Stufe „“ garen.

Arbeitszeit ca.: 45 min

Koch-/Backzeit ca.: 4 - 5 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 8 Personen:

4 Zwiebel(n)

4 Knoblauchzehe(n)

6 Möhre(n)

2 Porreestange(n)

1000 g Grünkohl

4 EL Öl

2 Liter Gemüsebrühe, instant

600 g Tomaten, passiert

2 Äpfel

2 EL Senf

Salz und Pfeffer



Zubereitungszeit: 1 h 15 min

Garzeit ca.: 3,5 - 4 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 6 Personen:

2 kl. Zwiebeln

2 Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl

2 EL Tomatenmark

45 ml Rotwein

600 g stückige Tomaten, Dose

300 g passierte Tomaten

3 Sardellenfilets

Salz

1 Prise Zucker

Pfeffer, aus der Mühle

1 - 2 TL getrocknete italienische Kräuter, z. B. Thymian, Oregano, Rosmarin

600 g gemischtes Hackfleisch

ca. 3 EL Semmelbrösel

1 großes Ei

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

3 EL fein gehackte Kräuter, Thymian, Rosmarin, Petersilie

3 - 4 EL Sahne

75 g geriebener Parmesan

Außerdem:

750 g Spaghetti

Salz

SPAGHETTI

mit Hackbällchen und Marinara Sauce

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und würfen.

In einem Topf das Öl erhitzen und die Zwiebel und die Hälfte des Knoblauchs darin hell anschwitzen.

Das Tomatenmark unterrühren und kurz mit angehen lassen, dann mit dem Rotwein ablöschen.

Die stückigen und passierten Tomaten zufügen.

Die Sardellenfilets grob hacken, untermischen und alles mit Salz, Pfeffer, Zucker und Kräutern würzen.

Die Sauce in den Keramiktopf geben.

Das Hackfleisch in eine Schüssel geben.

Semmelbrösel, Ei, Salz, Pfeffer, Kräuter, den übrigen Knoblauch und die Sahne zufügen.

Alles zu einem gut formbaren Fleichteig vermengen, bei Bedarf noch etwas Sahne oder Brösel einarbeiten.

Aus der Masse ca. 3 cm große Bällchen formen, in die Sauce legen und mit der Hälfte des Parmesans bestreuen.

Alles zugedeckt auf Stufe „S“ ca. 3,5 Stunden garen. Die Spaghetti in Salzwasser al dente kochen.

Die Sauce abschmecken.

Die Spaghetti abgießen, abtropfen lassen und in tiefe Teller verteilen.

Die Hackbällchen mit der Sauce darauf anrichten, mit dem übrigen Parmesan bestreuen und servieren.





BOEUF BOURGUIGNON

Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in nicht zu kleine Würfel schneiden.

Die Möhren und Sellerie schälen bzw. putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Die Schalotten und Knoblauch schälen.

Den Knoblauch in Scheiben schneiden und die Schalotten vierteln.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch portionsweise rundherum anbraten.

Danach die Schalotten und Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten.

Mit etwas Rotwein ablöschen und einreduzieren lassen.

Alles in den Slowcooker geben und auf Stufe „SSS“ stellen.

Den restlichen Wein angießen, Lorbeerblätter und Fond zugeben.

Die Möhren und den Sellerie ergänzen und den Deckel aufsetzen. Ca. 5 - 6 Stunden schmoren lassen.

Die Sauce nach Belieben noch mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke abbinden.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und dazu z. B. Ofenkartoffeln reichen.

Arbeitszeit ca.: 30 min

Garzeit ca.: 5 - 6 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

800 g mageres Rindfleisch

2 Möhren

2 Stangen Staudensellerie

4 Schalotten

2 Knoblauchzehen

4 EL Pflanzenöl

1/2 l kräftiger Rotwein,
z. B. Burgunder

2 Lorbeerblätter

ca. 500 ml Rinderfond

1 EL Speisestärke

Pfeffer, aus der Mühle

Salz

HAUPTGERICHT

Zubereitungszeit: 20 min

Garzeit ca.: 45 min

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6 Personen:

12 Tomaten

1 1/2 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

4 EL Olivenöl

750 g Hackfleisch, Rind

1 1/2 EL Tomatenmark

ca. 600 ml kräftige
Fleischbrühe

Salz

1 Prise Zucker

Pfeffer, aus der Mühle

750 g Macaroni

Zum Servieren:

frisch geschnittenes
Basilikum

frisch gehobelter Parmesan

MAKKARONI in Hackfleischsauce

Die Tomaten überbrühen, abschrecken, häuten, vierteln, entkernen und würfeln.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln.

Das Hackfleisch in heißem Öl in einem Topf unter Rühren krümelig und leicht braun braten.

Die Zwiebeln und Knoblauch zufügen und noch 2-3 Minuten mitschwitzen lassen.

Alles in den Keramiktopf geben und auf Stufe „“ stellen.

Das Tomatenmark untermischen und die Fleischbrühe angießen.

Mit Salz, Zucker und Pfeffer würzen und die Tomaten einrühren.

Etwa 45 Minuten unter gelegentlichem Rühren köcheln lassen und evtl. noch etwas Brühe ergänzen.

Die Makkaroni in Salzwasser al dente kochen.

Die Sauce nochmal abschmecken und die abgetropften Nudeln unter-schwenken.

In Schüsseln füllen und mit Basilikum bestreuen.

Nach Belieben Parmesan darüber hobeln.





CHICKEN WINGS

Die Hähnchenflügel waschen, trocken tupfen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Hähnchenflügel darin portionsweise anbraten, dann wieder herausnehmen.

Die Chilischoten waschen, putzen und grob würfeln.

Schalotten, Knoblauch und Ingwer schälen, alles grob würfeln und mit den Chilis im Mixer fein pürieren.

Honig, Orangensaft, Apfelessig, Soja- und Teriyaki-Sauce zufügen und alles gut durchmischen.

Die Hähnchenflügel in den Keramiktopf geben, mit der Würzmischung bedecken.

Die Kokosmilch angießen und alles zugedeckt auf Stufe „SS“ ca. 4 Stunden oder auf Stufe „SSS“ ca. 2 Stunden garen.

Die Chicken Wings mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf einer Platte anrichten.

Zubereitungszeit ca.: 20 min

Garzeit ca.: 4 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 8 Personen:

2 kg Hühnerflügel

4 EL Sesamöl

2 rote Chilischoten

4 Schalotten

4 Knoblauchzehen

6 cm Ingwer

4 EL Honig

100 ml Orangensaft

2 EL Apfelessig

2 - 3 EL Sojasauce

2 - 3 EL Teriyaki-Sauce

ca. 300 ml Kokosmilch

Salz

weißer Pfeffer,
aus der Mühle

Zubereitungszeit: 25 min

Garzeit ca.: 4 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 6 Personen:

1,5 kg festkochende
Kartoffeln

3 Frühlingszwiebeln,
nur den weißen Teil

3 Knoblauchzehen

4 Zweige Thymian

300 ml Milch

200 ml Sahne

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

250 g geriebener Käse,
z. B. Emmentaler, Cheddar,
Raclettekäse

KÄSE-KARTOFFELN

Die Kartoffeln schälen, waschen und in Scheiben schneiden.

Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und fein würfeln.

Den Knoblauch schälen und ebenfalls fein würfeln.

Den Thymian abrausen, trocken schütteln und die Blättchen oder Spitzen abzupfen.

Die Kartoffeln, die Frühlingszwiebeln und den Knoblauch in den Keramiktopf geben, Milch, Sahne, Salz, Pfeffer, Käse und die Hälfte des Thymians zufügen. Alles miteinander vermischen und zugedeckt 3,5–4 Stunden auf Stufe „5“ garen, bis die Kartoffeln weich sind.

Die Kartoffeln abschmecken, leicht mit Pfeffer übermahlen und mit dem übrigen Thymian bestreut servieren.



Tipp:

Falls die Käse-Kartoffeln zu trocken werden, 30 Minuten vor Ende der Garzeit noch etwas Milch hinzugeben und umrühren.







LAMMRAGOUT

mit Oliven und Bandnudeln

Das Lammfleisch trocken tupfen und in 3-4 cm große Würfel schneiden.

Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein würfeln.

In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Fleischwürfel darin portionsweise ringsum kräftig anbraten, dann wieder herausnehmen.

Zwiebel und Knoblauch kurz anbraten, das Tomatenmark unterrühren und alles mit ca. 100 ml Fleischbrühe ablöschen.

Die angebratenen Lammwürfel in den Keramiktopf geben und die Zwiebelmischung zufügen.

Harissa, Ras el Hanout, stückige Tomaten, Oliven, Salz und Pfeffer dazu geben und alles gut vermengen.

Die übrige Fleischbrühe angießen und alles auf Stufe „SS“ ca. 6 Stunden garen.

Gegen Ende der Garzeit die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und grob hacken.

Die Bandnudeln in Salzwasser bissfest kochen.

Die Zucchini waschen, putzen und schräg in dünne Scheiben schneiden.

Das Lammragout abschmecken und die Kräuter untermischen.

Die Nudeln abgießen, abtropfen lassen und mit dem Lammragout auf Tellern anrichten.

Jeweils ein paar Zucchinis dazulegen, salzen, pfeffern, mit Olivenöl und nach Belieben noch mit etwas Zitronensaft beträufeln und alles servieren.

Zubereitungszeit ca.: 30 min

Garzeit ca.: 6 h 15 min

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Lammfleisch, z. B. aus der Schulter, ohne Knochen

1 große Zwiebel

2 Knoblauchzehen

4 EL Olivenöl

2 EL Tomatenmark

ca. 200 ml Fleischbrühe

1 - 2 TL Harissa-Paste

1 - 2 TL Ras el Hanout

800 g stückige Tomaten,
(Dose)

100 g schwarze Oliven,
entsteint

Salz

Pfeffer, aus der Mühle

Zum Servieren:

1/2 Handvoll Kräuter,
glatte Petersilie oder Minze

400 g Bandnudeln

Salz

1 junge Zucchini

Pfeffer, aus der Mühle

2 EL Olivenöl

Zitronensaft, nach Belieben

Zubereitungszeit: 15 min
Garzeit ca.: 1,5 h - 2 h
Schwierigkeitsgrad: leicht

BROTPUDDING

mit Eis und Karamellsauce

Zutaten für 8 Personen:

4 EL Butter
 600 g Weißbrot, vom Vortag
 120 g Rosinen
 600 ml Milch
 200 ml Sahne
 6 Eier
 160 g Zucker
 1 TL gemahlener Zimt
 1/2 TL Vanilleessenz
 gemahlene Muskatblüte
 1 Prise Salz
 8 Kugeln Vanilleeis

Für die Karamellsauce:

180 g Zucker
 350 g Sahne
 1 Prise Salz

Den Keramiktopf mit Butter fetten.

Das Brot in ca. 2,5 cm große Würfel schneiden.

In einer Pfanne die Butter zerlassen und die Brotwürfel darin portionsweise ringsum anrösten, herausnehmen und mit den Rosinen in Keramiktopf geben.

Die Milch mit der Sahne, den Eiern, 100 g Zucker, Zimt, Vanilleessenz, Muskatblüte und Salz verquirlen.

Die Brotwürfel damit übergießen.

Alles nochmals vorsichtig durchmischen, mit dem restlichen Zucker bestreuen und zugedeckt auf Stufe „SS“ ca. 2 Stunden garen.

Zwischendurch immer wieder durchrühren.

Für die Karamellsauce den Zucker in einer Kasserolle schmelzen und unter Rühren goldbraun karamellisieren.

Die Sahne aufkochen und zugießen.

Den Karamell wieder loskochen und gleichmäßig glattrühren, das Salz unterrühren und die Karamellsauce abkühlen lassen.

Den Brotpudding in Schalen verteilen.

Jeweils 1 Kugel Vanilleeis daraufsetzen, alles mit Karamellsauce beträufeln und den Brotpudding servieren.



Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 1,5 h

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten für 5 Portionen:

250 g Mehl

1/2 Würfel Hefe (frisch)

40 g Zucker

100 ml Milch, lauwarm

1 Pck. Vanillezucker

25 g Butter, geschmolzen

1 kleines Ei

1 Prise Salz

Für die Sauce:

600 ml Milch

100 g Butter

6 Pck. Vanillezucker

DAMPFNUDELN

Die Zutaten für die Sauce (Milch, Butter und Vanillezucker) in den Keramiktopf geben und auf Stufe „SSS“ warm werden lassen, bis die Butter geschmolzen ist.

Für den Teig die Hefe in der lauwarmen Milch auflösen.

Die Hefe-Milch mit dem Mehl, dem Zucker, dem Ei, der Butter, dem Vanillezucker und dem Salz zu einem glatten Teig verkneten.

Eine Viertelstunde zugedeckt ruhen lassen.

Aus dem Teig 5 Dampfnudeln formen, in die warme Milch im Keramiktopf legen und den Deckel auflegen.

45 Minuten auf Stufe „SSS“ garen, dann weitere 45 Minuten auf „S“ garen.

WICHTIG: Deckel zwischen- durch keinesfalls öffnen, dann fallen die Dampfnudeln zusammen!



Tipp:

Zu den Dampfnudeln passen die Rotweinpflaumen aus diesem Kochbuch hervorragend!

RHABARBER- ERDBEER-KOMPOTT

Den geputzten Rhabarber in etwa fünf Millimeter dicke Stücke schneiden und in den Keramiktopf geben.

Mit Zucker bestreuen und die Flüssigkeiten (Holunderblüten-Sirup, Weißwein) angießen.

Deckel aufsetzen und 2 Stunden auf Stufe „SSS“ garen.

Erdbeeren putzen, in kleine Stücke schneiden und zum vorgegarten Rhabarber geben.

Durchrühren und eine weitere Stunde auf Stufe „SSS“ garen.

Zubereitungszeit: 45 min

Garzeit ca.: 3 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 8 Portionen:

700 g Rhabarber (geputzt)

8 EL Zucker

(oder mehr nach Geschmack)

6 EL Holunderblüten-Sirup

6 EL Weißwein

500 g Erdbeeren



Zubereitungszeit: 25 min

Garzeit ca.: 1,5 - 2 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 8 Stück:

für den Boden:

100 g Butterkekse

1 EL Brauner Zucker

50 g sehr weiche Butter

für die Füllung:

400 g Frischkäse
(Voll- oder Halbfett)

2 Eier

150 g gesüßte Kondensmilch

1 Pck Vanillezucker

1 TL Zitronensaft

für das Topping:

Apfelkompott,
rote Grütze oder
andere Fruchtsauce

MINI-KÄSEKUCHEN

im Glas

Die Butterkekse zu Krümeln zerkleinern.

Die zerkleinerten Butterkekse mit dem Zucker und der Butter zu Krümeln vermengen.

Die Teigkrümel auf acht Gläser (z. B. Wassergläser) verteilen und mit einem Löffel festdrücken. Beiseitestellen.

Alle Zutaten für die Käsekuchencreme glattrühren.

Die Käsekuchencreme gleichmäßig auf die Gläser verteilen.

Die Gläser in den Keramiktopf stellen und vorsichtig soviel warmes Wasser in den Keramiktopf füllen, dass die Gläser ca. zu 2/3 darinstehen.

Auf Stufe „SSS“ 1,5 bis 2 Stunden stocken lassen, bis die Käsecreme fest ist.

Aus dem Wasserbad nehmen und einige Stunden in den Kühlschrank stellen.

FRUCHTCRUMBLE

Das Obst waschen und putzen (je nach Obstsorte Kerngehäuse entfernen, schälen etc.)

Das Obst in mundgerechte Stücke schneiden und in eine Schale geben.

Den Zitronensaft, den Apfelsaft und die Speisestärke hinzugeben.

Je nach Reifegrad des Obstes und eigenem Geschmack 3 - 4 Esslöffel Zucker hinzugeben und alles gut vermengen.

Für die Crumble, das Mehl, die Haferflocken, den braunen Zucker, die weiche Butter, die Prise Zimt und die Prise Salz mit einem Handmixer durchkneten, so dass ein Crumble-Teig entsteht.

Die Obstmischung in den Keramiktopf geben. Die Crumble darüber verteilen.

Deckel aufsetzen und 3 Stunden auf Stufe „“ garen.

Mit Vanillesauce oder lauwarm mit Vanille-Eis servieren.

Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 3 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 8 Portionen:

1,5 kg gemischtes Obst
(z. B. Äpfel, Birnen, Pflaumen, Erdbeeren, Blaubeeren etc.)

1 EL Zitronensaft

3 - 4 EL weißer Zucker

100 ml Apfelsaft
(oder Weißwein)

15 g Speisestärke

150 g Mehl

65 g Haferflocken (kernig)

135 g brauner Zucker

135 g weiche Butter

eine Prise Salz

eine Prise Zimt

**Tipp:**

Härteres Obst immer in kleinere Stücke schneiden, denn diese benötigen länger, um weich zu werden.

Zubereitungszeit: 20 min

Kochzeit ca.: 1 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

250 g Haferflocken (kernig)

800 ml Milch

350 ml Wasser

80 g Zucker
(je nach Belieben)

2 rote Äpfel

1 Pck Vanillezucker

1 Zimtstange

4 EL Naturjoghurt, 10 %

2 EL geröstete gehackte
Kerne, z. B. Mandeln,
Kürbiskerne etc.

Ahornsirup

einige frische Himbeeren

HAFERBREI

mit Joghurt und Früchten

Die Haferflocken mit der Milch, der Zimtstange, dem Zucker, dem Vanillezucker und 350 ml Wasser in den Keramiktopf füllen.

Das Gerät auf Stufe „“ stellen und alles gut durchmengen.

Den Haferbrei zwischendurch immer wieder umrühren.

Nach 45 Minuten einen Apfel waschen, trocken tupfen und dazu reiben. Falls die Konsistenz zu trocken ist, je nach Belieben noch etwas Milch dazugeben.

Weitere 15 Minuten köcheln lassen.

Den anderen Apfel waschen, vom Kerngehäuse schneiden und in feine Streifen schneiden.

Den Haferbrei in Schüsseln anrichten, je einen Klecks Joghurt darauf geben und die Apfelstreifen darauf verteilen.

Die Nüsse darüber streuen und mit etwas Ahornsirup nach Belieben beträufeln.

Mit ein paar frischen Himbeeren garnieren und servieren.





KLASSISCHER MILCHREIS

mit Zimt und Zucker

Den Milchreis, die Milch, den Zucker, den Vanillezucker und das Salz in den Keramiktopf geben und verrühren.

Diesen verschließen und auf Stufe „“ stellen.

2 Stunden köcheln lassen und dabei immer wieder zwischendurch umrühren. Sollte der Milchreis zu fest werden, weitere Milch hinzugeben.

Nach den 2 Stunden nochmals umrühren und bei Bedarf eventuell mit Milch zur gewünschten Konsistenz strecken.

Zum Servieren in Schüsseln füllen und mit Zucker und Zimt bestreuen. Einige Mandeln, ein Minzblatt und eine Zimtstange drauf dekorieren und servieren.

Zubereitungszeit: 10 min

Kochzeit ca.: 2 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 5 Personen:

500 g Milchreis

2 L Milch

1 Prise Salz

4-5 Essl. Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

Zum Servieren:

Zucker

Zimt

Mandeln

Minzblätter

Zimtstangen



Zubereitungszeit: 30 min

Kochzeit ca.: 3 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 4 Personen:

1,5 kg Pflaumen

ca. 150 g Zucker,
nach Geschmack

2 EL Honig

2 Zimtstangen

200 ml Rotwein
(oder Portwein, wer es
stark mag)

ROTWEINPFLAUMEN

Die Pflaumen waschen,
entkernen und vierteln. Dann
in den Keramiktopf geben.

Den Zucker, den Honig, die
Zimtstangen und den Wein
dazugeben und durchrühren.

Die Rotweinpflaumen auf
Stufe „SSS“ ca. 3 Stunden
garen.



Tipp:

Die Rotweinpflaumen schmecken besonders
gut zu Vanille-Eis oder Griesspudding.



BRATÄPFEL

Die Zutaten für die Sauce (Milch und Vanillezucker) in den Keramiktopf geben.

Von den Äpfeln einen Deckel abschneiden.

Mit einem Obstausstecher die Äpfel aushöhlen.

In jeden Apfel 3 Esslöffel von der Granola / dem Knuspermüsli füllen und 1 EL Ahornsirup sowie die geschmolzene Butter darüber geben.

Hinweis: Je nach Größe und Sorte der Äpfel und persönlichem Geschmack kann die Garzeit variieren!

Die Äpfel in den Keramiktopf stellen und für 2-3 Stunden auf Stufe „SS“ garen.

Zum Servieren, die Äpfel einzeln anrichten und mit etwas Vanillesauce übergießen. Warm genießen.

Zubereitungszeit: 15 min

Kochzeit ca.: 2 - 3 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 5 Personen:

5 mittelgroße Äpfel

15 EL Granola oder
anderes Knuspermüsli

5 EL Ahornsirup

2 EL geschmolzene Butter

Für die Sauce:

300 ml Milch

4 Pck. Vanillezucker



Zubereitungszeit: 30 min

Garzeit ca.: 4 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zutaten für 8 Personen:

2 kg Äpfel

200 ml Weißwein

200 ml Apfelsaft

1 Vanilleschote, Mark

2 Prisen Zimtpulver

2 TL Ahornsirup

APFELMUS

Die Äpfel waschen, schälen und vom Kerngehäuse schneiden.

Grob in Stücke zerteilen und zusammen mit dem Wein, dem Saft, dem Vanillemark und dem Ahornsirup in den Keramiktopf geben.

Den Deckel aufsetzen und ca. 4 Stunden auf Stufe „S“ garen.

Dann den Deckel öffnen, alles mit einem Schneebesen o. Ä. kräftig umrühren.



Tipp:

Entweder das Mus in Gläser abfüllen oder direkt mit Vanillesauce servieren.





STICHWORTVERZEICHNIS

A

Apfelmus50

B

Boeuf Bourguignon29

Bratäpfel49

Brokkolicremesuppe10

Brotpudding38

C

Chicken Wings33

Chili-Gericht24

D

Dampfnudeln40

E

Erbsensuppe.....9

F

Fruchtcrumble43

G

Gemüsesuppe8

Geschmorte Rinderbrust . .20

Grünkohleintopf25

Gulaschsuppe4

H

Haferbrei.44

Hühnersuppe12

K

Kartoffel-Senf-Topf	19
Käse-Kartoffeln	34
Käse-Lauch-Suppe	5
Klassischer Milchreis	47
Kürbiscremesuppe	2

L

Lammragout	37
Lasagne-Suppe	13
Linsensuppe	7

M

Makkaroni	30
Mini-Käsekuchen	42

P

Pulled Pork	14
-----------------------	----

R

Rhabarber-Erdbeer-Kompott	41
Rotweinpflaumen	48

S

Schweinebraten	23
Spaghetti	26

T

Tacos	16
-----------------	----

Hinweis:

Rezepte ohne Gewähr. Alle Zutaten- und Zubereitungsangaben sind Anhaltswerte. Ergänzen Sie diese Rezeptvorschläge um Ihre persönlichen Erfahrungswerte.

BILDNACHWEISE

Cover:

Freepik.com / StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video /
News Life Media

S. 01: Freepik / topntp26

S. 03: StockFood / News Life Media

S. 04–05: Freepik / bearfotos

S. 06: StockFood / News Life Media

S. 08: Fotolia / Soyka

S. 11: StockFood / News Life Media

S. 12–13: Fotolia / Nomad_Soul

S. 15: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 17: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 18–19: Designed by Freepik

S. 21: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 22: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 24–25: Fotolia / egorxfi

S. 27: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 28: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 31: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 32: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 34: Freepik / whatwolf

S. 35: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 36: StockFood / Cato-Symonds, Shaun

S. 39: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video

S. 41: Designed by Freepik

S. 45: StockFood / News Life Media

S. 46: shutterstock / NoirChocolate

S. 47: Freepik / topntp26

S. 48–49: Freepik / foodiesfeed

S. 50: Freepik / lifeforstock

S. 51: StockFood / Eising Studio - Food Photo & Video



KOMPERNASS HANDELS GMBH
BURGSTRASS E 21
44867 BOCHUM
GERMANY
www.kompernass.com