

# Frühstück

## *Brötchen*

**300-500 g Mehl** Plus **Trockenhefe** mit **warmem Wasser** und **2 EL Öl** verkneten  
+ Salz nach Geschmack 1/2 - 1 TL  
(Gemahlener Kardamom oder Walnüsse) //schmeckt auch gut  
(1/2 bis 3/4) **Teig gehen lassen** bis sichtbar vergrößert (ca. **1sth**)  
dann Brötchen formen

und nochmal 15-30 min gehen lassen vor dem Backen

*Viel Spaß, Almut*

Hinweis: warme Umgebung ohne Zug (Hefeteig mit Deckel oder frischem trockenem Geschirrtuch abdecken)

## **Crêpes**

150g Mehl }  
350ml Milch } *verquirlen*

↑ *untermischen*

1,5 EL Butter *schmelzen*

3 Eier

1 Prise Salz

4EL Mineralwasser

- ca. 30min quellen lassen -

# Scans

300g Mehl

90g Butter

1 Pckg Backpulver

1 P Salz

Mit Händen verkneten

+ Schluck Milch

+ Schluck Orangensaft

+ Rosinen

- 180°C ca. 25min -

## Mittag

### Frittata

6 Eier

100g Vollkornmehl

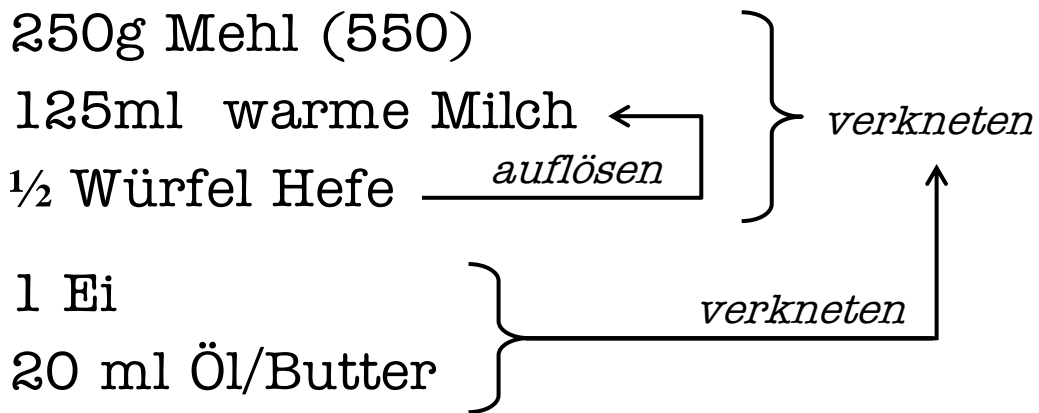
75g Milch

300g Spinat

*verrühren*

bds. 5min in der Pfanne

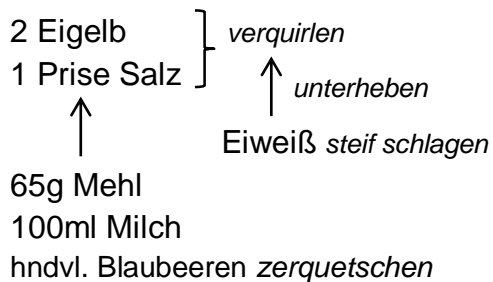
# Hot Dogs



- Gehen lassen, Rollen formen, kurz vorgehen –  
170°C - ca. 17min

Bockwürste 10min in aufgekochtem Wasser ziehen lassen

## Kaiserschmarren



# PIZZA

*½ Hefewürfel in*

*330ml lauwarmen Wasser auflösen*

*500g Mehl*

*ca. 10min verkneten*

*über Nacht im Kühlschrank gehen lassen (besser 72h)*

*Stunde vor Zubereitung in Sonne stellen*

*mit Hand Pizzen formen*

## **Tortilla**

500g Mehl

100g Joghurt

1 P Salz

150ml Wasser

50ml Öl

} verkneten

# Gebäck

## Baby Got LAUGENGEBÄCK



500g Mehl

1 Würfel frische Hefe (42 g)

(1 TL Zucker)

*Vorteig 10min*

+

1 TL Salz

50g weiche Butter

250ml warmes Wasser     *verkneten*

*kurz baden in*

½ L Natriumhydroxid 4%ige Lösung (1mol)

*Ätzend! Vorsichtig nur mit Handschuhen hantieren,*

*Vor Entsorgung neutralisieren!*

*200°C – 25min*

# Baguette

250g Mehl Typ 550

160 ml handwarmes Wasser

10 g frische Hefe

etwas Zucker

1 TL Salz     *//Vorteig->Teig*

*Gehen lassen (40min)*

*in Form bringen und nochmal*

*ca. 20min gehen lassen*

*mit Wasser bestreichen*

*- 220°C, 20min -*

# ~~Stockbrot~~

1/2 Würfel Hefe *aflösen in*

150 ml lauwarmen Wasser &

150 ml lauwarmen Milch

+ Prise Salz

400 Gramm Mehl *verkneten*

*Gehen lassen & lang genug überm Feuer garen*

## Snacks

### Cracker

*verkneten* { 200 g Mehl  
+ 25g weiche Butter  
+ 1EL gemahlener Kümmel //var. (z.B. + Käse)  
+ ½TL Salz    ↑  
100ml fettarme Milch

*dünn ausrollen, bei 200°C ca. 10min*

## ***Arabisches Brot***

1 Teil Mehl

1 TL Salz

ca. 1 TL gemahlene Kümmel, Kurkuma

1 EL Olivenöl

250 ml lauwarmes Wasser  
1 TL Zucker  
Frische/(Trocken-)Hefe

} *auflösen*

*Alles verkneten, 2h gehen lassen, ausrollen, in Pfanne backen*

# Genuss

*Eis*

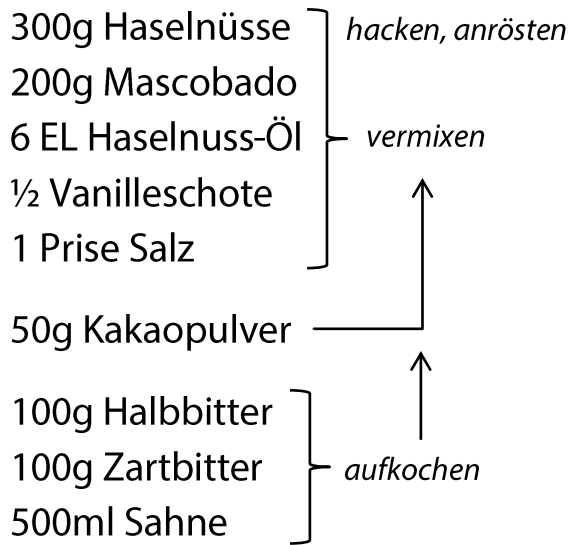
100ml Milch

100ml Sahne/Joghurt

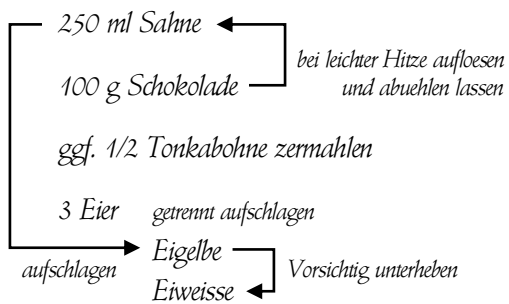
300g gefrorene Früchte

+ Schokostückchen

# Chocolat



## Mousse au Chocolat



\* min. einige Stunden



# Pralinen

## Füllung:

300g Schokolade

100g Sahne

15g Butter

(75g gehackte Mandeln)

(20ml Mokka)

- abkühlen lassen -

## Überzug:

Zartbitter schmelzen

und eintauchen

oder

In Kakao wälzen

- Im Kühlschrank aufbewahren -

# Schoko-Makronen

## Teig

2 Eiweiß

50g Zucker

} steif schlagen

180g Zartbitter

schmelzen

100g Walnusskerne

gemahlen

160°C - ca. 15min

## Füllung

75 g Schlagsahne

75 g Zartbitter

} erhitzen (über Nacht ✱)

# RAWcher

## Füllung

160g Haselnüsse //hacken&rösten  
+ 2 TL Kokosöl //mischen bis cremig  
  
20g Kakao  
80ml Sahne  
(kl.) Hd. Datteln  
½ Vanilleschote  
1P Salz //mischen bis cremig

*ggf.* ✱

einige ganze Haselnüsse als Kern

## Umhüllung

30g gehackte Haselnüsse  
20g Kakao Nibs  
100g Zartbitterschokolade //schmelzen

✱ *aufbewahren*

# Kekse

*New Zealand*

## **Afghans**

200g weiche Butter  
50g Kokosblütenzucker *cremig rühren*

150g Dinkelmehl  
30g Kakao *unterrühren*

40g Cornflakes *unterfalten*

### **Topping**

80g Zartbitterschokolade  
20ml Milch  
20g Kokosnussöl  
(Vanille/Tonkabohne) *erwärmen*  
Bisschen Salz *& verrühren*

+ Wallnüsse

## **Clean Kekse**

50 g Kokosblütenzucker

100 g Butter, weich *cremig rühren*

*und mit restl. Zutaten vermengen*

100 g Dinkelmehl

200 g Mandeln, gemahlen

1 Stück Vanilleschote/Tonka Bohne

1 P Salz

1 großes Ei

2 Esslöffel Eiswasser

*ggf. 1h \**

- 180°C ca. 12min -

# Marmorkekse

80g Puderzucker

150g Butter

200g Mehl

1 Vanille-Schote

1 Prise Salz

↓ *halbieren* ↓ 20g Kakao

*In Scheiben schneiden*

↳ *OU-Hitze 180°C – 11min*

# Smartie Kekse

330g Mehl

200g kalte Butter

3EL Zucker

2 Eigelbe

4EL Milch

} *Verkneten*

1std Kühlschrank → *formen*

- 200°C 10-15min -

## Walnuss-Schoko-Plätzchen-Traum

90g weiche Butter  
150g brauner Zucker  
1 Ei } *schaumig rühren*

175g Mehl  
½ TL Backpulver  
1 Prise Salz } ———— ↑

50 g gehackte Walnüsse  
50 g Schokostückchen } ———— ↑

*Umluft 160° - 15min*

## Zitronen-Kardamom-Kekse

250g weiche Butter  
75g Puderzucker      *glattrühren*  
+ 1 Eigelb  
+ 1P Salz  
    ¼ Vanilleschote  
    1TL Kardamom  
    2 Zitronenschalen  
+ 300g Mehl  
    1TL Stärke      *unterheben*  
    - 30min ✱ -  
*2 Rollen rollen*  
    - 30min ✱ -  
*Taler bei 180° ca. 10min backen*

# Kuchen

## Bananenbrot

3(00g) sehr reife Banane	} // zermatschen
100g Milch	
70g Olivenöl	
1 EL Obstessig	
200g Weizenmehl	} vermischen
50g Kokosblütenzucker	
40g Backkakao	
1,5 TL Backpulver	
1 TL Natron	
60g Zartbitter-Schokolade	} // unterheben

- 50-55min 175° O/U -

## Eierlikörkuchen

250g Butter	} verrühren
180g Zucker	
4 Eier	
250g Mehl	} verrühren
1P Backpulver	
1½ Tassen Eierlikör (200ml)	} verrühren
200g Schokoladenstreusel	
↓	
175°C – 50min	

# Choco de Citrôn

délicieux

4 Eier  
200g Zucker  
250g Butter  
1 Prise Salz } *schaumig rühren*

300g Mehl  
1 Pck. Backpulver } ↑

Zitronenschale  
30g Kakao  
100g Schokolade } *schmelzen*

180°C - ca. 40min

250g Puderzucker }  
1 Zitrone → Saft } *Zuckerguss*

## Schokoladenkuchen Deluxe

250g Schokolade }  
über } *schmelzen*  
250 g Butter }



4 Eier schaumig schlagen  
+ 200g geriebene Haselnüsse

(+) ca. 100g M&Ms

150° C/40-60min

# Eierlikörsahne **Krisch** Schokolade Nuss

Torte Torte Torte Torte Torte Torte Torte Torte Torte Torte

50-100g Rohrucker

100g weiche Butter

(Bissl Milch)

4 Eigelb *schaumig schlagen*

150 g Mehl

200 g gemahlene Haselnüsse

100 g Zartbitterschokolade, gehackt

20g Kakao

2 TL Backpulver

(1 Pr. Salz) *vermischen*

+ 4 Eiweiß *steif schlagen, unterheben*

~ 180°C O/U 30min ~

400g Kirschen *verteilen*

Sahne-Eierlikör-Quark Creme: 2:1:1 - 400ml:150ml:150g