

AS SEEN ON
TV
ORIGINAL



 **Russell Hobbs**
GOOD TO GO MULTI-COOKER

REZEPTE



Suppen	3
Italienische Minestrone	3
Spargelcremesuppe	4
Beilagen	5
Kartoffel-Wedges	5
Petersilienkartoffeln	5
Dampfgegartes, buntes Sommergemüse	6
Fischgerichte	7
Gebratene Forelle	7
Curryreis mit Gemüse & Garnelen	8
Zarter Lachs mit Gemüse	9
Gedämpfter Meeresfrüchtetopf	10
Eintöpfe	12
Kartoffelgulasch	12
Reisfleisch	13
Mac'n Cheese	14
Kessलगulasch	15
Risotto mit Pilzen	17
Linsen-Eintopf mit Würstchen	18
Fleischgerichte	19
Spaghetti Bolognese	19
Sous-Vide-Rump-Steaks	20
Zarte Rippen	21
Saftige Spareribs	22
Hähnchen mit Kartoffeln und Schmorgemüse	23
Buntes Asia-Gemüse mit Huhn	24
Süßspeisen	26
Kaiserschmarren nach Großmutter's Art	26

HINWEIS: 1 TL = 1 Teelöffel, 1 EL = 1 Esslöffel

SUPPEN

ITALIENISCHE MINESTRONE

4 Portionen

Zutaten

- 2 l kochendes Wasser oder Gemüsebrühe
- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 3 mittelgroße Karotten
- 3 Stangen Staudensellerie
- 2 mittelgroße Kartoffeln
- 1 mittelgroße Zucchini
- 200 g Brokkoliröschen
- 400 g gehackte Tomaten (frisch oder aus der Dose)
- 200 g Borlotti-Bohnen (italienische Bohnen, aus der Dose – falls getrocknet, etwa 100-150 g über Nacht einweichen und in einem Sieb abtropfen lassen)
- 120 g Lauch
- 200 g Rotelle (oder andere Nudeln, wie Fusilli, alternativ auch einfach klein zerbrochene Spaghetti)
- 100 ml Olivenöl
- 2 EL Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer
- italienische Kräuter (frisch oder getrocknet)
- 4 EL Weißweinessig
- geriebener Parmesan

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen und klein schneiden, den geschälten Knoblauch fein hacken und beides mithilfe der ANBRATEN-Funktion glasig anschwitzen.
2. Anschließend die Karotten in feine Streifen schneiden, die Kartoffeln schälen und klein würfeln. Die Zucchini vierteln und ebenso wie den Staudensellerie und den Lauch klein schneiden. Alles zusammen mit Zwiebeln, Knoblauch, den Kräutern und dem Tomatenmark zugedeckt – unter gelegentlichem Umrühren – weiterdünsten.
3. Dann salzen, mit Wasser oder Gemüsebrühe aufgießen, den Brokkoli hinzufügen und das Gerät auf den KOCHEN-Modus umstellen. **Tipp:** Falls Sie getrocknete und eingeweichte Bohnen verwenden, bitte an dieser Stelle nicht salzen, da sie sonst nicht weich werden!
4. Die Suppe etwa 10 Minuten zugedeckt köcheln lassen, danach die Nudeln, die Borlotti-Bohnen und die gehackten Tomaten hinzufügen und für weitere 25-30 Minuten gar ziehen lassen.
5. Zum Schluss mit Salz, Pfeffer und dem Weißweinessig abschmecken und in vorgewärmten Suppentellern mit geriebenem Parmesan bestreut servieren.

SPARGELCREMESUPPE

4 Portionen



Zutaten

- 500 g Spargel (weiß und/oder grün)
- 800 ml Gemüsebrühe oder Spargelfond
- 30 g Butter
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Mehl
- 100 ml Weißwein
- 1 Eigelb
- 250 ml Sahne
- Saft einer halben Zitrone
- Muskatpulver
- Pfeffer aus der Mühle
- Salz
- gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Die holzigen Enden des Spargels abschneiden, den Spargel schälen und in etwa 2 cm lange Stücke schneiden. Die Spargelspitzen beiseitelegen.
2. Die Brühe im Garbehälter im KOCHEN-Modus erhitzen. Eine Flocke Butter sowie je eine Prise Zucker und Salz hinzufügen. Sobald die Flüssigkeit kocht, die Spargelstücke darin 20 Minuten lang garen.
3. Für ein intensiveres Aroma können die Spargelschalen und unteren Abschnitte mit einem Siebeinsatz oder in einem Teefilter/Stoffsäckchen mitgekocht werden. Nach dem Garen diese entfernen und die Suppe zusammen mit den Spargelstücken in einem Standmixer oder mit einem Pürierstab fein pürieren.
4. Im Garbehälter die restliche Butter schmelzen lassen, nach und nach das Mehl einrühren und eine goldgelbe Mehlschwitze zubereiten. Diese mit Weißwein ablöschen und unter ständigem Rühren die pürierte Spargelsuppe hinzugeben.
5. Salz, Pfeffer und Muskat nach Geschmack dazugeben, die Spargelspitzen hinzufügen und die Suppe für weitere 10-15 Minuten sanft köcheln lassen.
6. In der Zwischenzeit das Eigelb mit der Sahne verquirlen und zum Schluss die Suppe damit binden.
7. Vor dem Servieren die Suppe noch einmal mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronensaft abschmecken und beim Anrichten mit gehackter Petersilie bestreuen.

BEILAGEN

KARTOFFEL-WEDGES

4 Portionen

Zutaten

- 1 kg Kartoffeln
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Salz
- 1 EL Paprikapulver
- 1 EL Pfeffer
- Knoblauchpulver (nach Geschmack)
- Rosmarin (fein gehackt, frisch oder getrocknet, nach Geschmack)

Zubereitung

1. Die Kartoffeln gründlich waschen und in gleich große, nicht zu dünne Spalten schneiden. Die Kartoffeln zusammen mit den Gewürzen in eine Schüssel geben und gut vermengen, bis alle Kartoffelspalten gleichmäßig mit der Gewürzmischung bedeckt sind.
 2. Die gewürzten Kartoffeln in den Garbehälter geben und bei geschlossenem Deckel die BRATEN-Funktion wählen. Bei 200 °C etwa 30-40 Minuten garen, je nach Größe und Dicke der Wedges.
 3. Während des Garvorgangs regelmäßig wenden, damit die Kartoffeln von allen Seiten gleichmäßig bräunen und außen knusprig werden.
-

PETERSILIENKARTOFFELN

Zutaten

- 400 g Kartoffeln (gekocht, geschält, geviertelt)
- 2-3 EL Butter
- Salz
- 1 Bund frische Petersilie (gehackt)

Zubereitung

1. Die Butter in einer Pfanne oder im Garbehälter des Geräts erhitzen und die vorbereiteten Kartoffeln darin schwenken.
2. Mit Salz und gehackter Petersilie bestreuen und vorsichtig durchrühren, bis die Petersilie gleichmäßig verteilt ist.

DAMPFGEGARTES, BUNTES SOMMERGEMÜSE

4 Portionen

Zutaten

- 4-5 größere Karotten
- 400 g Brokkoliröschen
- 400 g Blumenkohlröschen
- 2 Paprika (rot und gelb)
- 200 g Erbsen oder Zuckerschoten (frisch oder TK, aufgetaut)
- 1 Kohlrabi
- 1 Fenchelknolle
- 2-4 Stangen Frühlingszwiebeln (optional)
- 4-6 Spargelstangen (nach Saison und Geschmack)
- 1-2 Zucchini (je nach Größe, optional)
- 1 Handvoll Kirschtomaten (optional)
- Olivenöl oder Butter/Kräuterbutter
- 1 kleine Handvoll frische oder TK-Gartenkräuter nach Wahl
- Salz oder Kräutersalz

Zubereitung

1. Die Karotten schräg in etwa 3-4 mm dicke Scheiben schneiden, Paprika und Fenchel in Streifen schneiden, den Kohlrabi in 1,5 cm große Würfel oder Stifte schneiden. Die Zucchini der Länge nach halbieren und in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden.
2. Falls Spargel verwendet wird, die holzigen Enden abschneiden und die Stangen - vor allem bei weißem Spargel - von der Spitze abwärts gut schälen.
3. Den Garbehälter mit etwa 2 cm Wasser füllen und den Dämpfeinsatz einstellen. Das vorbereitete Gemüse einlegen und nach Belieben leicht salzen.
4. Im DAMPFGAREN-Modus eine Garzeit von etwa 10-15 Minuten wählen und den Deckel aufsetzen. Kurz vor Ablauf der Garzeit die gewünschte Bissfestigkeit prüfen und bei Bedarf die Garzeit leicht verlängern.
5. Das fertige Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten, nach Belieben mit Salz und Kräutern bestreuen und etwas Olivenöl beträufeln oder eine Flocke Butter oder Kräuterbutter daraufsetzen.

TIPP: Dieses Gemüse ist im Handumdrehen fertig, überzeugt durch seinen zarten Geschmack und den hohen Nährstoffanteil dank der schonenden Zubereitung. Es passt hervorragend als Hauptspeise oder als Beilage zu Fisch, Fleisch, BBQ und vegetarischen Gerichten.

FISCHGERICHTE

GEBRATENE FORELLE

2 Portionen



Zutaten

- 2 frische Forellen (ca. 250-300 g)
- 4-6 Knoblauchzehen (in Scheiben und fein gehackt)
- Saft einer Zitrone
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Mehl
- Butter oder Butterschmalz
- Petersilie (nach Belieben)
- Zitronenscheiben

Zubereitung

1. Die Forellen unter kaltem Wasser gründlich waschen und anschließend abtrocknen. Außen und innen gut salzen und leicht pfeffern. Das Innere der Forellen mit Zitronensaft beträufeln und nach Belieben mit grob gehackter Petersilie, mehreren Zitronenscheiben und ein paar Knoblauchscheiben füllen.
2. Anschließend die Forellen von beiden Seiten leicht mit Mehl bestäuben und überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen.
3. Die ANBRATEN-Funktion wählen und genügend Butter oder Butterschmalz im Garbehälter schmelzen, um die Forellen darin zu braten. Sobald das Fett heiß genug ist, die Forellen einlegen und je nach Größe etwa 5-8 Minuten auf jeder Seite knusprig braten.
4. Zum Wenden empfiehlt es sich, einen zweiten Pfannenwender oder ähnliches zu verwenden, um die empfindliche Fischhaut nicht zu beschädigen.
5. Den fein gehackten Knoblauch etwas später hinzufügen, damit er goldbraun und aromatisch mitdünstet, ohne zu verbrennen.
6. Die fertig gebratenen Forellen vorsichtig herausnehmen und auf vorgewärmten Tellern zusammen mit Petersilienkartoffeln (s. Rezept Petersilienkartoffeln) und frisch geschnittenen Zitronenscheiben servieren.

CURRYREIS MIT GEMÜSE & GARNELN

4 Portionen

Zutaten

Für die Garnelen:

- Garnelen (je nach Belieben etwa 4-5 Stück pro Person)
- Knoblauch, fein gehackt
- Salz
- Saft einer Zitrone oder Limette
- Pfeffer
- Olivenöl
- 60 g Butter oder Butterschmalz
- 1 große Zwiebel
- Cashewkerne (grob gehackt) oder Mandelstifte nach Belieben
- 2 rote Paprika
- 2 Karotten
- 100 g Buschbohnen (optional, frisch oder tiefgefroren)
- 120 g Erbsen (frisch oder tiefgefroren)
- 80-100 g Rosinen (optional, nach Geschmack)
- Salz
- gehackte Petersilie
- Frühlingszwiebel-Ringe (optional zum Garnieren)

Für den Curryreis:

- 500 g Basmati- oder Jasminreis
- 1 l Gemüsebrühe
- 3 EL Currypulver

Zubereitung der Garnelen:

1. Am Bedienfeld die ANBRATEN-Funktion vorwählen und die I/O-Taste drücken. Geben Sie das Olivenöl in den Garbehälter und erhitzen Sie es.
2. Die aufgetauten Garnelen unter kaltem Wasser abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und dann zusammen mit dem Knoblauch unter mehrmaligem Wenden mindestens 3 Minuten gut durchbraten.
3. Anschließend mit Zitronen- oder Limettensaft ablöschen, aus dem Garbehälter nehmen und beiseitestellen.

Zubereitung des Curryreis:

1. Die Karotten waschen und in mittlere Streifen schneiden, die Paprika entkernen, grob würfeln und beides in etwas Olivenöl mithilfe der ANBRATEN-Funktion kurz anbraten.
2. Anschließend herausnehmen und beiseitestellen.
3. Nun die Zwiebel schälen und in mittlere Würfel schneiden.
4. Die Butter im Garbehälter schmelzen und die Zwiebeln darin anschwitzen. Die gehackten Cashewkerne oder Mandelstifte hinzufügen und leicht mitrösten. Danach das Currypulver hinzugeben und kurz mitrösten.
5. Jetzt den Reis einstreuen, gut mit der Zwiebel-Cashew-Curry-Mischung vermengen und kurz weiter anschwitzen.
6. Mit der Gemüsebrühe aufgießen, ausreichend salzen, den Deckel aufsetzen, am Bedienfeld die REIS-Taste vorwählen und die I/O-Taste drücken, um den Curryreis etwa 20-25 Minuten zu kochen.
7. Ab der halben Garzeit die Buschbohnen und Erbsen in den Reis einrühren und schnell wieder zudecken. Falls nötig, noch etwas Gemüsebrühe oder Wasser hinzufügen – je nachdem, wie viel Flüssigkeit der Reis bereits aufgenommen hat.
8. Sobald der Garvorgang abgeschlossen ist, schaltet das Gerät automatisch in den WARMHALTEN-Modus.
9. Nun die vorbereiteten Karotten und Paprika sowie die gehackte Petersilie unter den Reis heben – nach Geschmack können auch die Rosinen hinzugefügt werden. Anschließend die Garnelen obenauf legen und, falls gewünscht, mit einigen Frühlingszwiebel-Ringen garnieren.
10. Die Warmhalte-Funktion aktivieren und das Gericht vor dem Servieren zugedeckt nochmals etwa 5-10 Minuten ruhen lassen.

ZARTER LACHS MIT GEMÜSE

4 Portionen



Zutaten

- 4 Lachsfilets (je ca. 150 g, mit Haut)
- 350 ml Wasser oder Hühnerbrühe
- 150 ml Weißwein
- Saft einer Zitrone
- 1 kleine Zwiebel oder 2 Stangen Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 1 Prise gehackter Rosmarin
- 300 ml Sahne
- 1-2 EL Speisestärke
- 1 mittlerer Rosmarinzwig
- 300-400 g Brokkoliröschen
- 300-400 g Blumenkohlröschen
- 3-4 größere Karotten (optional können auch andere, passende Gemüsesorten verwendet werden)

Zur Garnierung:

- 4 Zitronenspalten
- 4 kleine Rosmarinzwige
- etwas Butter oder Kräuterbutter (optional)

Zubereitung

1. Die Lachsfilets gut abtupfen, salzen, pfeffern und mit etwas Zitronensaft marinieren. Brokkoli und Blumenkohl in mundgerechte Röschen zerteilen. Die Karotten schräg in etwa 2 mm dicke, längliche Scheiben schneiden.
2. Den Garbehälter mit Wasser (oder Brühe), Weißwein und Zitronensaft befüllen und leicht salzen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken und zusammen mit dem Rosmarinzwig hinzufügen.
3. Den Dämpfeinsatz einlegen und im DAMPFGAREN-Modus eine Garzeit von 12 Minuten wählen. Das vorbereitete Gemüse einschichten und den Deckel aufsetzen.
4. Währenddessen 1-2 EL Speisestärke in etwas kaltem Wasser verquirlen. Nach etwa 5 Minuten Garzeit die Lachsfilets zum Gemüse geben und zusammen mit diesem fertig dämpfen.
5. Nach der Garzeit den Einsatz vorsichtig herausheben, das Gemüse und den Lachs gut abdecken und warmstellen.
6. Das Gerät auf die ANBRATEN-Funktion umstellen, den Rosmarinzwig entfernen, die Sahne einrühren und die verquirlte Speisestärke nach und nach unter ständigem Rühren in die Sauce einarbeiten. Alles kurz aufwallen lassen, bis die Sauce eindickt. Das Gerät ausschalten und die Sauce mit einem Pürierstab sämig mixen.
7. Den Lachs und das Gemüse (nach Belieben mit einer kleinen Flocke Butter oder Kräuterbutter) auf vorgewärmten Tellern anrichten. Etwas Sauce hinzufügen und das Gericht zusammen mit Reis servieren. Mit Zitronenspalten und frischen Rosmarinzwigen garnieren.

GEDÄMPFTER MEERESFRÜCHTETOPF

4 Portionen



Zutaten

- 1 Pkg. Meeresfrüchte (tiefgekühlt, gemischt, nach Belieben)
- 1 Pkg. Miesmuscheln mit Schale (tiefgekühlt, falls nicht im Meeresfrüchte-Mix enthalten)
- 900 g vorgegarte Zuckermais-Kolben
- 1 mittelgroße Zwiebel oder 2-3 Frühlingszwiebeln
- 3-4 Knoblauchzehen
- 3 Bio-Zitronen
- Schale einer Zitrone (gerieben)
- 1 Handvoll gehackte Petersilie
- 400 ml Fischfond oder Wasser
- 250 ml trockener Weißwein
- 1 TL Pfefferkörner (weiß oder bunt)
- 2 Lorbeerblätter
- 1 Rosmarinzwig oder Kräuter-Mischung nach Wahl (z.B. Kräuter der Provence, Cajun etc.)
- Thymian (optional, nach Geschmack)
- Zitronengras (optional, nach Geschmack)
- 150 g Butter
- grobes Meersalz
- Pfeffer aus der Mühle
- Zucker

Zubereitung

1. Die Meeresfrüchte und Muscheln rechtzeitig laut Packungsanweisung auftauen, unter kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Beschädigte oder bereits offene Muscheln entfernen.
2. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Maiskolben in etwa 5 cm große Stücke schneiden.
3. Die ANBRATEN-Funktion wählen, 100 g Butter im Garbehälter schmelzen und Zwiebeln sowie Knoblauch darin glasig anschwitzen. Lorbeerblätter, Pfefferkörner, 3-4 Zitronenscheiben, die Hälfte der Petersilie und den Rosmarinzwig oder die gewünschten Kräuter hinzufügen und kurz mitdünsten lassen. Dann mit Fischfond, Weißwein und dem Saft einer Zitrone aufgießen. Je eine Prise Salz und Zucker hinzugeben. Den Deckel aufsetzen und warten, bis alles kurz aufkocht.
4. Das Gerät abschalten, den Dämpfeinsatz in den Garbehälter stellen und mit den Meeresfrüchten, Muscheln und Mais befüllen. Nun in den DAMPFGAREN-Modus wechseln und die Garzeit gemäß den Meeresfrüchten wählen:
 - Garnelen: 3-6 Minuten (je nach Größe und ob sie geschält sind)
 - Riesengarnelen: 8-10 Minuten
 - Miesmuscheln: 8-10 Minuten (oder bis sich die Muscheln geöffnet haben)
 - Jakobsmuscheln: 10-12 Minuten
 - Tintenfisch: 8-15 Minuten (je nach Größe und Dicke der Stücke)

Als Faustregel gilt: Sobald sich die Miesmuscheln geöffnet haben, sollten alle Meeresfrüchte gar sein. Machen Sie am besten Kostproben, um die Garzeit nötigenfalls zu verlängern.

5. Die fertigen Meeresfrüchte auf vier vorgewärmte, tiefe Teller oder Schalen aufteilen. Den Dämpfeinsatz herausnehmen und Zitronenscheiben, Lorbeerblätter sowie Rosmarinzweig entfernen. Den Sud nach Geschmack mit Salz, Pfeffer, Zucker oder etwas Wein abschmecken und über die Meeresfrüchte gießen.
6. Zum Schluss auf jedes Maiskolben-Stück eine Flocke der restlichen Butter legen und die Teller mit Zitronenspalten, grobem Meersalz, gehackter Petersilie und geriebener Zitronenschale garnieren.

TIPP: Dazu passen frische Scheiben Ciabatta oder Baguette.

EINTÖPFE

KARTOFFELGULASCH

4 Portionen

Zutaten

- 800 g Kartoffeln (mehlig kochend)
- 40 g Butter oder Pflanzenöl
- 2-3 große Zwiebeln
- 30 g Paprikapulver (edelsüß)
- 1-2 EL Apfelessig
- 500 ml Brühe (optional Rinderbrühe oder Gemüsebrühe)
- 3-4 Frankfurter Würstchen (optional)
- 3 Knoblauchzehen (fein gehackt oder gepresst)
- 1 EL Kümmel
- 1 TL Majoran
- Salz
- Pfeffer
- 2-3 EL saure Sahne
- Petersilie (fein gehackt)

Zubereitung

1. Zunächst die Kartoffeln schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.
2. Die ANBRATEN-Funktion wählen und die Butter oder das Öl im Garbehälter erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin gut anschwitzen. Das Paprikapulver hinzufügen und kurz mitrösten, dann mit Apfelessig ablöschen und mit der Brühe aufgießen.
3. Die Kartoffelstücke in den Garbehälter geben und Kümmel, Majoran, Salz und Pfeffer hinzufügen. Den Modus auf BRATEN-Funktion umstellen und das Gulasch bei etwa 100 °C leicht köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind und das Gulasch eine sämige Konsistenz hat. Dabei gelegentlich umrühren.
4. Gegen Ende der Kochzeit – optional – die Frankfurter Würstchen in kleine Scheiben schneiden und zum Erwärmen hinzufügen.
5. Vor dem Servieren die saure Sahne untermischen und das Gulasch mit gehackter Petersilie bestreuen.

TIPP: Für eine noch deftigere Variante können Sie zu Beginn mit den Zwiebeln eine Handvoll Speckwürfel anbraten.

REISFLEISCH

4 Portionen



Zutaten

- 600 g Schweinenacken oder Schweineschulter
- 250 g Zwiebeln
- 4 EL Öl oder 2-3 EL Schweineschmalz
- 1 EL Tomatenmark
- 5 EL Paprikapulver (edelsüß)
- 1 TL Paprikapulver (scharf)
- 500 ml Rinderbrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL gemahlener Kümmel
- 1 EL Majoran (getrocknet, gerebelt)
- 2 Knoblauchzehen
- Salz
- 400 g Langkornreis, ungekocht
- Petersilie (zum Garnieren, optional)
- geriebener Parmesan (optional)

Zubereitung

1. Das Fleisch in etwa 3 cm große Würfel schneiden. Die Zwiebeln schälen, klein hacken und im Garbehälter im ANBRATEN-Modus mit Öl oder Schmalz goldbraun anrösten.
2. Das Fleisch zusammen mit dem Tomatenmark und dem Lorbeerblatt hinzufügen und unter leichtem Rühren mitbraten. Mit edelsüßem und scharfem Paprikapulver, Kümmel, Majoran und Salz würzen. Den geschälten Knoblauch dazu pressen.
3. Anschließend mit der Rinderbrühe aufgießen, in den BRATEN-Modus wechseln und alles bei 100 °C zugedeckt 40 Minuten lang schmoren lassen.
4. Nach 40 Minuten den Reis untermischen und weitere 20 Minuten garen, bis der Reis fertig ist. Dabei gelegentlich umrühren und bei Bedarf etwas Wasser oder Brühe nachgießen.
5. Sobald der Reis gar ist, alles gut durchrühren, eventuell nachsalzen und zugedeckt 5-10 Minuten nachziehen lassen.

TIPP: Als Beilage passt am besten ein frischer grüner Salat mit Apfelessig-Kürbiskernöl-Marinade oder ein traditioneller Kartoffel-Endiviensalat mit Wiener Marinade.

MAC'N CHEESE

4 Portionen

Zutaten

- 500 g Makkaroni
- 60 g Butter
- 40 g Mehl
- 500 ml Milch
- 2 Lorbeerblätter
- 350 g kräftiger Cheddar (gerieben)
- 50 g Parmesan (gerieben)
- Salz
- Pfeffer
- Thymian
- Muskatpulver
- Chilipulver
- Knoblauchpulver
- frische Petersilie (gehackt)

Zubereitung

1. Im Garbehälter etwa vier Liter Wasser mittels der KOCHEN-Funktion zum Kochen bringen. Sobald das Wasser sprudelt, 2 Teelöffel Wasser hinzufügen. Die Makkaroni darin kochen, bis sie „al dente“ (bissfest) sind, dann abgießen, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und zugedeckt in einer großen Schüssel oder einem passenden Topf warmhalten.
2. Nun die Butter mithilfe der ANBRATEN-Funktion schmelzen und das Mehl unter ständigem Rühren hinzufügen, bis eine glatte, leicht goldbraune Masse entsteht.
3. Die Lorbeerblätter dazugeben und nach und nach die Milch eingießen, dabei ständig rühren, damit keine Klumpen entstehen, bis die Sauce leicht eindickt.
4. Mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend etwa drei Viertel des geriebenen Cheddars untermischen.
5. Sobald der Käse geschmolzen ist, die Sauce nach Belieben mit den restlichen Gewürzen abschmecken. Die vorbereiteten Makkaroni in den MultiCooker geben und alles gut vermengen.
6. Nun die BRATEN-Funktion wählen, die Temperatur auf 180 Grad einstellen und die Nudelmischung gleichmäßig mit dem restlichen Cheddar und Parmesan bestreuen.
7. Den Deckel auflegen und alles ca. 20-25 Minuten backen, bis die Sauce sich etwas verfestigt hat und der Käse goldgelb und leicht knusprig ist.

TIPP: Wer es rundum knuspriger mag, kann die Masse schon nach etwa 10-15 Minuten einmal wenden.

KESSELGULASCH

4 Portionen



Zutaten

- 800 g Gulaschfleisch (Rind)
- 4-5 EL Öl oder 50 g Schweineschmalz/ Butterschmalz
- 4 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 5-6 Kartoffeln (festkochend)
- 2-3 rote Paprika
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Dose gewürfelte Tomaten
- 200 ml Rotwein (optional)
- 1 Liter Brühe/Wasser/Rinderfond
- 3-4 EL Paprikapulver (edelsüß)
- 1 TL Thymian
- 1 TL Majoran
- 1/2 TL Kümmel (ganz oder gemahlen)
- 1 TL Rosmarin
- 1-2 Lorbeerblätter
- 1 Schuss Essig
- Chili (Pulver, Flocken oder Paste; optional nach Geschmack)
- Salz
- Pfeffer
- Mehl oder Speisestärke (optional zum Eindicken)

Zubereitung

1. Die Zwiebeln und den Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Kartoffeln schälen und in mittelgroße Würfel schneiden. Die Paprika waschen, entkernen und in grobe Stücke schneiden.
2. Das Rindfleisch unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in etwa 2,5-3 cm große Stücke schneiden.
3. Die ANBRATEN-Funktion wählen, das Öl oder Schmalz im Garbehälter erhitzen und die Zwiebeln gemeinsam mit dem Knoblauch glasig anschwitzen.
4. Das Gulaschfleisch dazugeben und rundum leicht bräunen lassen.
5. Das Paprikapulver darüber streuen und kurz mitrösten, ebenso wie die Lorbeerblätter, die restlichen Gewürze und das Tomatenmark.
6. Mit Essig und Rotwein ablöschen, die gehackten Tomaten dazugeben und alles mit der Brühe aufgießen.

7. Nun in den KOCHEN-Modus wechseln und das Gulasch bei geschlossenem Deckel für 2 bis 2,5 Stunden sanft bei 100 °C köcheln lassen.
8. Sobald das Fleisch beginnt, weich zu werden, die Kartoffeln und Paprikastücke hinzufügen und weitere 20 bis 30 Minuten garen.
9. Zum Schluss das Gulasch mit Salz und Pfeffer abschmecken.

TIPP: Sollte das Gulasch am Ende zu flüssig sein, einfach mit etwas Mehl oder Speisestärke (in kaltes Wasser einrühren) eindicken. Das Kesselgulasch kann auch im SCHONGAREN-MODUS zubereitet werden. Für die SCHONGAREN HOCH-Funktion beträgt die Garzeit 4-5 Stunden, für die SCHONGAREN NIEDRIG-Funktion 6-8 Stunden. Weitere Informationen hierzu finden Sie in der Bedienungsanleitung des MultiCookers.

Als Beilage passen knusprige Brötchen oder Weißbrot. Alternativ passen auch Nudeln, Nockerl oder Spätzle hervorragend zu diesem Gericht.

RISOTTO MIT PILZEN

4 Portionen



Zutaten

- 500-600 g Pilze (gemischt oder sortenrein - Steinpilze, braune Champignons, Pfifferlinge, Seitlinge etc.)
- 400 g Risotto-Reis
- 2-3 Zwiebeln oder 6-8 Schalotten
- 2-3 Knoblauchzehen
- 60-80 g Butter
- 250 ml Weißwein
- 800-1000 ml Gemüsebrühe
- frisch geriebener Parmesan
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Muskatpulver
- gehackte Petersilie
- 1-2 EL frischer, klein gehackter Rosmarin
- 3-4 EL geröstete Pinienkerne (optional)

Zubereitung

1. Zuerst die Pilze mit einer kleinen Bürste oder einem trockenen Küchentuch putzen (möglichst nicht waschen, außer sie sind stark verschmutzt). Anschließend die Pilze in nicht zu dünne Scheiben schneiden. Kleine, mundgerechte Pilze können ganz bleiben und später als dekorativer Hingucker auf das Risotto gesetzt werden.
2. Die Zwiebeln schälen, klein würfeln und zusammen mit dem fein gehackten Knoblauch im Garbehälter mithilfe der ANBRATEN-Funktion mit etwas Olivenöl glasig anschwitzen.
3. Dann die geschnittenen Pilze hinzufügen und mitdünsten, bis sie bissfest gegart sind. Einige der kleinen Pilze können zur Seite gelegt werden, um das fertige Risotto zu garnieren.
4. Den Risotto-Reis hinzufügen und unter Rühren glasig werden lassen. Mit der Hälfte des Weißweins ablöschen und weiter rühren, bis der Wein verdampft ist.
5. Leicht salzen und so viel Gemüsebrühe hinzufügen, dass das Reis-Pilz-Gemisch gerade bedeckt ist. Zur BRATEN-Funktion wechseln und das Risotto bei milder Hitze etwa 20-30 Minuten garen. Nach und nach die restliche Brühe zugießen und regelmäßig rühren, um die Stärke aus dem Reis zu lösen und eine cremige Konsistenz zu erreichen.
6. Kurz vor dem Garende den restlichen Weißwein als letzte Flüssigkeitsgabe hinzufügen, um dem Risotto eine zusätzliche aromatische Note zu verleihen.
7. Das Risotto ist fertig, wenn der Reis weich, aber noch leicht „al dente“ ist und sich beim Durchrühren leicht „zurückrollt“. Zum Schluss die Butter, den gehackten Rosmarin, Petersilie und Parmesan unterrühren und mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.
8. Das Pilzrisotto sofort servieren, mit gehackter Petersilie, gerösteten Pinienkernen, etwas Parmesan und den beiseitegelegten Pilzen garnieren.

TIPP: Dazu passen frische Blattsalate hervorragend.

LINSEN-EINTOPF MIT WÜRSTCHEN

4 Portionen



Zutaten

- 300 g Tellerlinsen
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 4 große Kartoffeln
- 1 Stange Lauch
- 3-4 Karotten
- 1 Knolle Sellerie
- 2 Zwiebeln
- 150 g durchwachsener Speck
- 1 EL Senf
- 1 Schuss Essig
- 1 Bund Petersilie
- 2 EL Öl
- Salz
- Pfeffer
- 2 Lorbeerblätter
- Muskatpulver
- Zucker
- 4 Frankfurter Würstchen

Zubereitung

1. Zunächst die Zwiebeln schälen und klein schneiden. Die Karotten, den Lauch und den Sellerie putzen und in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln waschen, schälen und ebenfalls in kleine Würfel schneiden, ebenso wie den Speck.
2. Die Linsen durch ein Sieb abspülen und gut abtropfen lassen.
3. Das Öl im Garbehälter im ANBRATEN-Modus erhitzen, die Zwiebeln glasig andünsten. Speck und Lorbeerblätter hinzufügen, dann die Gemüsegewürfel und den größten Teil der gehackten Petersilie dazugeben.
4. Nun die Linsen hinzufügen, salzen, pfeffern und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Alles zusammen aufkochen lassen, dann in den KOCHEN-Modus wechseln und den Eintopf zugedeckt etwa 25-30 Minuten köcheln lassen. Zwischendurch gelegentlich umrühren.
5. Die Würstchen in ca. 2 cm große Stücke schneiden und gegen Ende der Kochzeit in den Eintopf geben, um sie zu erhitzen.
6. Zum Schluss den Eintopf nach Geschmack mit Salz, Pfeffer, Muskat, Essig und einer Prise Zucker abschmecken. Mit der restlichen Petersilie bestreuen und heiß servieren.

FLEISCHGERICHTE

SPAGHETTI BOLOGNESE

4 Portionen

Zutaten

- 2 große Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 100 ml Olivenöl
- 400 g Faschiertes (Rindfleisch)
- 800 g passierte oder gehackte Tomaten
- 100 ml Rotwein
- 2 EL Tomatenmark
- Salz
- Pfeffer
- italienische Kräuter (Oregano, Thymian, Rosmarin – getrocknet oder frisch, fein gehackt)
- 1 Lorbeerblatt
- 1 kl. Bund Petersilie (gehackt)
- 600 g Spaghetti
- Parmesan
- Basilikumblätter (frisch, zur Garnierung)

Zubereitung

1. Im Garbehälter etwa vier Liter Wasser mittels der KOCHEN-Funktion zum Kochen bringen. Sobald das Wasser sprudelt, 2 Teelöffel Wasser hinzufügen. Die Spaghetti darin kochen, bis sie „al dente“ (bissfest) sind, dann abgießen, kurz mit kaltem Wasser abschrecken und zugedeckt in einer großen Schüssel oder einem passenden Topf warmhalten.
2. Während die Nudeln kochen, die Zwiebeln schälen und würfeln, den Knoblauch schälen und fein hacken, die Karotten waschen, schälen und klein schneiden oder grob raspeln, sowie die Petersilie fein hacken.
3. Das Olivenöl im Garbehälter erhitzen und die Zwiebeln und den Knoblauch darin glasig anschwitzen.
4. Die Karotten, das Lorbeerblatt und das Tomatenmark hinzufügen und etwa zwei Minuten mitdünsten.
5. Anschließend das Hackfleisch dazugeben und gut durchbraten, dabei regelmäßig umrühren. Die vorbereiteten Kräuter und den Großteil der Petersilie untermischen.
6. Alles mit dem Rotwein ablöschen, dann die Tomaten einrühren und die Flüssigkeit etwas reduzieren lassen.
7. Den Deckel aufsetzen und bei niedriger Hitze noch etwa 20-30 Minuten weiterköcheln lassen.
8. Zuletzt das Lorbeerblatt entfernen und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je nach Geschmack kann noch etwas Rotwein oder mehr Kräuter hinzugefügt werden.
9. Die fertige Bolognese-Sauce über die Spaghetti geben, nach Belieben mit geriebenem Parmesan und der restlichen Petersilie bestreuen und mit einem Basilikumzweig garnieren.

TIPP: Dazu passen hervorragend Blattsalate mit mediterranem Dressing.

SOUS-VIDE-RUMP-STEAKS

1 Portion

Zutaten (für 1 Person pro Steak):

- 1 Rumpsteak pro Person (ca. 250-300 g)
- grobkörniges Salz oder Salz aus der Mühle
- Pfeffer aus der Mühle
- Butter
- 1-2 Knoblauchzehen (nach Geschmack)
- frische Rosmarinzweige oder Thymianzweige

Hinweis: Die optimale Steak-Dicke liegt bei etwa 2,5 cm bis 3 cm. Das Fleisch sollte eine ausgewogene Marmorierung aufweisen. Davon hängen – in Kombination mit der Dicke der Steaks – die zu wählende Garzeit und die Gartemperatur ab.

Zubereitung

1. Vor der Zubereitung sollten Sie entscheiden, wie Sie das Steak am liebsten genießen möchten, da die Garzeit und Gartemperatur davon abhängen.
2. Das Fleisch unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und jedes Steak einzeln in geeignete Vakuum-Folienbeutel packen. Nach Belieben einen Rosmarinzweig, eine Butterflocke und ein bis zwei Scheiben Knoblauch mit in den Beutel legen und vakuumieren.
3. Den Garbehälter gemäß der Bedienungsanleitung mit heißem (nicht kochendem) Leitungswasser befüllen, die vorbereiteten Vakuumbeutel mit den Steaks einlegen, den Glasdeckel aufsetzen und die SOUS-VIDE-Taste drücken.
4. Die Standardeinstellungen in diesem Modus sind 57 °C Gartemperatur und 1 Stunde Garzeit. Je nach gewünschtem Gargrad können Temperatur und Garzeit angepasst werden:
 - 50-52 °C: Rare (Englisch)
 - 53-56 °C: Medium Rare
 - 57-59 °C: Medium (rosa)
 - 60-63 °C: Well Done (durchgegart)
5. Da jedes Steak individuell ist, kann es notwendig sein, etwas zu experimentieren, um die perfekte Temperatur und Garzeit für Ihr Lieblingssteak zu finden.
6. Nach dem Garvorgang das Fleisch aus dem Wasserbad nehmen und die Beutel öffnen. Die Steaks herausnehmen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. Den Fleischsaft aus den Beuteln auffangen, um ihn als Basis für die Sauce zu verwenden.
7. Nun die ANBRATEN-Funktion wählen, etwas Butter schmelzen und die Steaks zusammen mit den verbleibenden Rosmarinzweigen und dem Knoblauch für etwa 60-90 Sekunden auf jeder Seite scharf anbraten, bis sie eine schöne Bräunung erhalten. Vor dem Servieren noch etwas grobes Salz über die Steaks streuen.

TIPP FÜR EINE SCHNELLE SAUCE:

1. Nach dem Anbraten die Steaks aus dem Garbehälter nehmen und in Alufolie gewickelt warmhalten.
2. Im Garbehälter 1-2 gehäufte Teelöffel Zucker oder Honig mithilfe der ANBRATEN-Funktion kurz karamellisieren, dann mit 300 ml Rotwein, 200 ml Portwein und dem Fleischsaft aus den Vakuumbeuteln ablöschen.
3. Rosmarin oder Thymian hinzugeben, kurz aufkochen lassen und reduzieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit etwas Butter binden. Die Sauce über die Steaks geben und servieren.

Beilagen:

Zu den Steaks passen hervorragend Kartoffel-Wedges und knackig blanchiertes grünes Gemüse, wie Buschbohnen, Brokkoli oder Zuckerkürbis.

ZARTE RIPPCHEN

2 Portionen

Zutaten

- 1 kg Spareribs
- Salz
- Pfeffer
- 5-6 Knoblauchzehen (gepresst)
- Olivenöl

Zubereitung

1. Die Spareribs unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und, falls vorhanden, die Silberhaut auf der Rückseite abziehen. Die Rippchen nach Belieben halbieren oder in portionsgerechte Stücke (2-4 Stück pro Portion) schneiden. Von allen Seiten großzügig mit Salz, Pfeffer und dem gepressten Knoblauch einreiben.
2. Die BRATEN-Funktion wählen, und eine Temperatur von 180 °C und eine Garzeit von 2,5 Stunden einstellen. Die Rippchen mit der Knochenseite nach unten in den Garbehälter legen und mit etwas Olivenöl beträufeln. Den Deckel schließen und kurz warten.
3. Nun die Rippchen wenden, um auch die Oberseite schön anzubraten und mit Röstaromen und einer leichten Bräunung zu versehen. Den Deckel wieder schließen und nochmals ein bis zweimal Wenden, bis die Knochenseite wieder unten liegt.
4. Nach dem letzten Wenden den Deckel bis zum Ende der Garzeit nicht mehr öffnen, damit die Rippchen schön zart und saftig werden. Da die Dicke der Rippchen variieren kann, vor dem Servieren prüfen, ob sich das Fleisch leicht vom Knochen löst. Falls nötig, die Garzeit etwas verlängern.
5. Die fertigen Rippchen nach Geschmack mit einer Folienkartoffel und Kräuter-Rahm-Joghurt-Sauce servieren. Alternativ schmecken sie auch hervorragend mit Senf, Meerrettich und herzhaftem Bauernbrot.

TIPP: Das ausgelassene Rippchenfett im MultiCooker nicht wegwerfen! In einem Einmachglas aufgefangen, abgekühlt und mit etwas Salz und einer zerdrückten Knoblauchzehe vermischt, schmeckt es hervorragend auf einer Scheibe Schwarzbrot und hält sich lange im Kühlschrank.

SAFTIGE SPARERIBS

2 Portionen



Zutaten

- 1 kg Spareribs
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 3 EL Tomatenketchup
- 1 EL Tomatenmark
- 3 EL Honig
- Raucharoma (nach Belieben)
- 2 TL Sojasauce
- 2 EL Balsamico
- 2 EL Apfelsaft oder Apfelmus
- 1 TL Olivenöl
- 1 kleine Zwiebel oder 2 Stangen Frühlingszwiebeln
- 1 TL scharfer Senf
- 2 TL Zucker
- 1 TL Knoblauchpulver
- 2 TL Paprikapulver
- 1 TL Rosmarin (fein gehackt, frisch oder getrocknet)
- 1 TL Thymian (gerebelt, getrocknet)
- 1 TL Oregano
- Chilipulver (nach Belieben)

Zubereitung

1. Die Spareribs unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und, falls vorhanden, die Silberhaut auf der Rückseite abziehen. Die Rippchen wahlweise halbieren oder in portionsgerechte Stücke (2-4 Stück pro Portion) schneiden. Von allen Seiten großzügig mit Salz und Pfeffer einreiben.
2. Die ANBRATEN-Funktion wählen und für die Marinade die Zwiebel fein hacken und mit etwas Olivenöl im Gerät anschwitzen. Die Gewürze und Kräuter hinzufügen und kurz mitrösten. Dann die restlichen Zutaten hinzufügen, alles gut verrühren und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis eine leicht cremige Konsistenz erreicht ist. Anschließend die Marinade abkühlen lassen.
3. Die vorbereiteten Rippchen von allen Seiten großzügig mit der Marinade bestreichen und mit der Knochenseite nach unten in den vorgeheizten Garbehälter legen. Den Modus SCHONGAREN HOCH wählen und die Zeit auf 3 Stunden einstellen.
4. Den Deckel aufsetzen und bis zum Ende des Garvorgangs nicht öffnen, um die optimale Saftigkeit der Spareribs zu gewährleisten. Da die Dicke der Rippchen variieren kann, empfiehlt es sich, vor dem Servieren zu prüfen, ob sich das Fleisch leicht vom Knochen löst. Falls nötig, die Garzeit entsprechend verlängern.

Beilagen:

Zu den Spareribs passen klassisch BBQ-Sauce, Knoblauch-Mayonnaise und Kartoffel-Wedges. Alternativ schmecken auch frisches Grillbaguette, Süßkartoffel-Pommes und verschiedene Salate, wie zum Beispiel Coleslaw.

HÄHNCHEN MIT KARTOFFELN UND SCHMORGEMÜSE

2-4 Portionen



Zutaten

- 1-2 Hähnchen (je nach Größe und Anzahl der Personen)
- 6-8 Kartoffeln (festkochend)
- 2-3 Zwiebeln
- 4-5 Karotten
- 4-6 Knoblauchzehen
- 1 Fenchelknolle
- 2-3 Äpfel (bevorzugt säuerlich)
- 1 kleiner Hokkaido- oder Butternuss-Kürbis (optional)
- 4 EL Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 4-5 Rosmarinzwige

Zubereitung

1. Die Zwiebeln schälen und achteln, die Knoblauchzehen schälen und halbieren. Die Kartoffeln gründlich waschen und ungeschält in etwa fingerdicke Spalten schneiden. Die Karotten in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Den Fenchel vierteln und die einzelnen Schichten voneinander trennen. Die Äpfel vierteln und das Kerngehäuse sowie den Stiel entfernen.
2. Falls gewünscht, den Kürbis schälen (bei Hokkaido ist das nicht notwendig), entkernen und in fingerdicke Spalten schneiden.
3. Das Hähnchen innen und außen kräftig mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver einreiben. Den Boden des MultiCookers mit einem Teil des zerkleinerten Gemüses auslegen, sodass das Hähnchen bequem darüber Platz findet. Leicht über das Gemüse salzen und das Olivenöl darüber verteilen.
4. Das Hähnchen auf das Gemüse legen und das restliche Gemüse rundherum im Garbehälter verteilen. Zum Schluss die Rosmarinzwige auf das Hähnchen legen und den Deckel schließen.
5. Die BRATEN-Funktion wählen und das Gericht bei 180 °C für 70 Minuten schmoren lassen. Bei einem großen Hähnchen oder zwei Hähnchen die Garzeit um etwa 30 Minuten verlängern.
6. Währenddessen bleibt genügend Zeit, um knackige Salate und einen frischen Kräuter-Rahm-Dip zuzubereiten, die hervorragend zu diesem Gericht passen.

BUNTES ASIA-GEMÜSE MIT HUHN

4 Portionen



Zutaten

- 400 g Hühnerfilets
- 2 EL Speisestärke
- 4-5 EL Teriyaki-Sauce
- 1 EL Fischesauce
- Saft einer Limette
- 1 Prise Chilipulver (optional, für mehr Schärfe)
- 1 Prise Zucker
- frischer Ingwer
- 4 Knoblauchzehen
- 3 rote Zwiebeln
- 200 g Brokkoliröschen (frisch oder TK, optional)
- 200 g Blumenkohlröschen (frisch oder TK, optional)
- 4-5 Karotten
- 2 Paprika (rot und gelb)
- 1 Zucchini
- 100 g Erbsen (TK, aufgetaut)
- 1 Glas Bambussprossen

- 1 Pkg Sojasprossen (frisch oder aus dem Glas)
- 3-4 EL Öl (Sesam-, Sonnenblumen- oder Erdnussöl)
- Sojasauce
- Sweet-Chili-Sauce
- Salz
- Asia-Würzmischung (optional)

Zum Garnieren:

- 1 Stange Frühlingszwiebel oder schwarzer Sesam

Zubereitung

1. Ein haselnussgroßes Stück Ingwer und eine Knoblauchzehe schälen und fein hacken. In einer Schüssel zusammen mit Limettensaft, Teriyaki-Sauce, Fischsauce, Zucker, Speisestärke und optional Chilipulver eine Marinade anrühren.
2. Das Hähnchenfleisch in mittelgroße Streifen schneiden, in der Marinade wenden und zugedeckt mindestens 1-2 Stunden im Kühlschrank marinieren (Vorbereitung auch am Vortag möglich).
3. Die geschälten Zwiebeln und entkernten Paprika grob schneiden. Die Karotten schräg in längliche Scheiben schneiden. Die Zucchini längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die restlichen Knoblauchzehen schälen und in kleine Scheiben schneiden.
4. Im Garbehälter mithilfe der KOCHEN-Funktion Salzwasser zum Kochen bringen, den Brokkoli und Blumenkohl darin für 3-4 Minuten bissfest garen, abseihen und sofort in Eiswasser abschrecken, damit sie ihre Bissfestigkeit und Farbe behalten.
5. Den Garbehälter abtrocknen, den ANBRATEN-Modus wählen und das Öl erhitzen. Zuerst die marinierten Hähnchenstreifen auf beiden Seiten anbraten. Dann nacheinander die Zwiebeln, Karotten, Brokkoli, Zucchini, Paprika, Blumenkohl, Bambussprossen und die Knoblauchscheiben hinzufügen und alles unter Rühren anbraten.
6. Wenn das Fleisch gar ist und die Karotten noch bissfest sind, alles mit einem Schuss Sojasauce und dem Rest der Marinade ablöschen. Nach Geschmack etwas Sweet-Chili-Sauce unterrühren.
7. Zum Schluss die Erbsen und Sojasprossen kurz mitbraten, damit sie nicht zu weich werden. Das Gericht nach Belieben mit Salz, Sojasauce, Teriyaki-Sauce oder einer Asia-Würzmischung abschmecken.
8. Das bunte Asia-Gemüse mit Huhn zusammen mit Reis oder gebratenen Mie-Nudeln servieren. Mit Frühlingszwiebelringen oder schwarzem Sesam garnieren.

SÜSSSPEISEN

KAISERSCHMARREN NACH GROSSMUTTER'S ART

4 Portionen



Zutaten

- 300 g Mehl
- 500 ml Milch
- 30 g Zucker
- 100 g Butter
- 6 Eier, getrennt
- 1 Prise Salz
- 50 g Rosinen (nach Geschmack)
- Staubzucker

Zubereitung

1. Mehl, Milch, Eigelb, Zucker und Salz in einer Schüssel zu einem glatten, dickflüssigen Teig mixen und dabei besonders darauf achten, dass keine Klumpen mehr zu sehen sind.
2. Die Butter schmelzen und unter die Masse rühren.
3. Nun das Eiklar steif schlagen und den Eischnee vorsichtig unterheben.
4. Im Bedienfeld die ANBRATEN-Funktion vorwählen und die I/O-Taste drücken.
5. Fetten Sie den Garbehälter mit etwas Butter oder Öl aus, anschließend die vorbereitete Teigmasse einfüllen und den Deckel aufsetzen.
6. Nach etwa 10-12 Min. den Deckel abnehmen, den Schmarren wenden und noch etwas weiter durchbacken lassen.
7. Abschließend den Teig mittels Spachtel oder Pfannenwender in mundgerechte Stücke zerteilen und diese unter mehrmaligem Wenden rundum goldgelb fertig backen.
8. Das Gerät mittels der I/O-Taste ausschalten und vom Stromnetz trennen. Sie können den fertigen Kaiserschmarren direkt aus dem Gerät servieren oder auf vorgewärmten Tellern mit etwas Puderzucker bestreuen und servieren.

TIPP: Selbstgemachtes Apfelmus, Zwetschken- oder Aprikosenkompott eignen sich perfekt als Beilage.



CH: MediaShop Schweiz AG | Leuholz 14 | 8855 Wangen | Switzerland
EU: MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria
Forgalmazó: Telemarketing International Kft. | 9028 Győr | Fehérvári út 75. | Hungary
office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv
DE | AT | CH: 0800 37 636 06 – kostenlose Servicehotline | **ROW: +43 1 267 69 67**