



# Inhalt

Intro	11
Kleines Glück	21
Bunte Runde	81
Große Party	131
Teig	167
Saucen, Dips & Cremes	177
Eis & Sorbet	189
Marmelade	195
Register	200



# Caesar Salad & Brotsalat

Meinen ersten Caesar Salad hatte ich in Florida in einem Restaurant direkt mit Blick auf eine Bucht im Golf von Mexiko. In Erinnerung geblieben sind mir zum einen natürlich das besondere Flair und dann das ausgesprochen reichhaltige Dressing, sowie das Blackened Chicken – eine besonders gewürzte und zubereitete Hühnchenvariante. Unser Rezept kommt der Erinnerung sehr nahe!  
Der Brotsalat ist eine großartige Abwechslung zum klassischen grünen Salat. – Oliver

## Zutaten (2 Portionen)

4 kleine Romanaherzen, in Streifen geschnitten  
250 g Kirschtomaten, halbiert  
2 Scheiben Weißbrot, gewürfelt  
100 g Salatcreme  
50 g Parmesan, fein gerieben  
3 Knoblauchzehen, gepresst  
1 Zitrone, ausgepresst  
1 TL Zucker  
etwas Wasser  
Salz  
Pfeffer

## Caesar Salad – Zubereitung

- » Für das Dressing Salatcreme mit Parmesan, Knoblauch, Zitronensaft und Zucker verrühren. Etwas Wasser zugeben bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- » Weißbrotwürfel in einer Pfanne ohne Fett rösten.
- » Romanaherzen und Tomaten in eine große Schüssel geben und mit dem Dressing vermischen.
- » Salat auf zwei Tellern anrichten, mit den Croûtons bestreuen und ggf. etwas pfeffern.

### Tipp

Dazu passt zum Beispiel je ein Stück unseres Cornflakes Parmesan Schnitzels, in fingerdicke Streifen geschnitten.



## Zutaten (4 Portionen)

250 g Ciabatta, grob gewürfelt  
200 g Kirschtomaten, halbiert  
1 Glas Artischockenherzen (in Lake), abgetropft und in Streifen geschnitten (180 g)  
100 g Baby-Spinat (ohne Stiele), in Streifen geschnitten  
1 rote Zwiebel, in halbe Ringe geschnitten  
20 g Kapernäpfel, halbiert  
80 g Parmesan, gehobelt  
10 EL Olivenöl  
4 EL Aceto Balsamico di Modena  
Salz  
Pfeffer

## Brotsalat – Zubereitung

- » 8 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Brotwürfel darin unter Rühren goldbraun anbraten.
- » 2 EL Öl und Balsamico in einer großen Schüssel miteinander verrühren.
- » Kirschtomaten, Artischocken, Baby-Spinat, Zwiebeln, Kapernäpfel und Parmesan zugeben und alles gut miteinander vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- » Die Brotwürfel erst direkt vor dem Servieren ebenfalls unterrühren.





# Käsespätzle & Spätzle Piri Piri

In manchen Dingen kann Boris seine süddeutsche Herkunft einfach nicht verbergen – egal ob am Bodensee, in Berlin oder in Hamburg: Spätzle sind und bleiben seine Leibspeise und gehören regelmäßig auf den Tisch. Da wir immer gleich mehrere Portionen herstellen, bleiben viele Möglichkeiten für unterschiedliche Variationen. Seine zwei absoluten Highlights haben wir hier für Euch aufgeschrieben. Einmal herzhaft mit gebratenen Zwiebeln und Käse, einmal feurig mit Chili und Spinat. – Oliver

## Zutaten (2 Portionen)

350 g Spätzle, gekocht  
4 große weiße Zwiebeln, in dünne  
halbe Ringe geschnitten  
80 g Bergkäse, fein gerieben  
40 g Parmesan, fein gerieben  
20 g Butter  
1 EL Olivenöl

## Käsespätzle – Zubereitung

- » Butter in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln unter Rühren richtig schön anbraten. Zwiebeln beiseite legen.
- » Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Spätzle einige Minuten darin anbraten.
- » Pfanne von der Flamme nehmen. Bergkäse und Parmesan zugeben und etwas verrühren, bis der Käse gleichmäßig verteilt und vollständig geschmolzen ist.
- » Anrichten und mit den Zwiebeln bestreuen.



## Zutaten (2 Portionen)

350 g Spätzle, gekocht  
500 g Blattspinat (tiefgefroren)  
1 rote Zwiebel, fein gewürfelt  
2 rote Chilischoten, in dünne Ringe  
geschnitten  
3 Knoblauchzehen, gepresst  
200 g Feta, gewürfelt  
1 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer

## Spätzle Piri Piri – Zubereitung

- » Blattspinat gemäß Packungsanleitung zubereiten, abkühlen lassen und die Flüssigkeit etwas ausdrücken.
- » Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Spätzle zugeben und kurz anbraten.
- » Spinat, Chili und Feta unter die Spätzle mischen, Knoblauch unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.





# Fenchelpasta & Knoblauch-Weißwein-Pasta

Fenchel ist Nichts für jedermann – dieser Auffassung war ich selbst viele Jahre, bis ich mit langjährigen Freunden zum ersten Mal Fenchelpasta gegessen habe. Fazit: In Verbindung mit Rucola, Pinienkernen und Steak lohnt es sich wirklich, mutig zu sein. Dass in italienischen Speisen gern Knoblauch verwendet wird, ist bekannt. Wir haben daher für dieses Pastagericht direkt den Schwerpunkt auf die leckere Knolle gesetzt. Beide Gerichte sind einfach und schnell gemacht und dennoch mal unerwartet anders. – Oliver

## Zutaten (2 Portionen)

250 g Pasta (z.B. Bunte Spiralen)  
1 Fenchelknolle (inkl. Stängel)  
1 rote Paprika, grob gewürfelt  
125 g Rucola  
2 Zwiebeln, fein gewürfelt  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
200 g Steak  
50 g Pinienkerne, ohne Fett in einer Pfanne geröstet  
100 ml Sahne  
100 g Frischkäse (Natur)  
25 g Ahornsirup  
20 g Balsamico Bianco  
1 EL Olivenöl  
1 EL Kakaobutter  
2 TL Thymian  
1 TL Chili Ancho  
Salz  
Pfeffer

## Fenchelpasta – Zubereitung

- » Stängel von der Fenchelknolle trennen und in feine Scheiben schneiden. Knolle entstrunken, längs halbieren und ebenfalls in feine Scheiben schneiden.
- » Die Pasta gemäß Packungsanleitung kochen.
- » Öl in einem großen Topf erhitzen, Fenchel, Paprika und Zwiebeln darin anbraten. Ahornsirup dazugeben und etwas karamellisieren lassen. Dann alles mit dem Balsamico ablöschen.
- » Sahne dazugeben und alles auf niedriger Flamme einige Minuten köcheln lassen. Frischkäse, Knoblauch, Thymian und Chili Ancho unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta ebenfalls unterrühren und noch einige Minuten weiter köcheln.
- » Kakaobutter in einer Pfanne gut erhitzen und das Steak von jeder Seite ca. 1 ½ bis 2 Minuten anbraten. Anschließend das Steak in Streifen schneiden.
- » Rucola und Pinienkerne unter die Pasta mischen, auf zwei Tellern anrichten und die Steakstreifen gleichmäßig darüber verteilen.



## Zutaten (2 Portionen)

250 g Pasta (z.B. Orecchiette)  
120 g Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten  
4 Knoblauchzehen, gepresst  
350 ml Milch  
250 ml Gemüsebrühe  
200 ml Weißwein  
50 g Parmesan, fein gerieben  
20 g Butter  
15 g frische Basilikumblätter  
Salz  
Pfeffer

## Knoblauch-Weißwein-Pasta – Zubereitung

- » Butter in einem großen Topf erhitzen und den Knoblauch kurz darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen, Milch und Gemüsebrühe dazugeben und alles unter Rühren aufkochen lassen.
- » Pasta ebenfalls dazugeben und unter gelegentlichem Rühren etwas länger als gemäß Packungsanleitung kochen.
- » Basilikum grob hacken.
- » Sobald die Pasta al dente ist, von der Flamme nehmen, Frühlingszwiebeln, Parmesan und Basilikum unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.





# Green Curry Bowl mit Hähnchen

Ich kann mich gut daran erinnern, dass mein Bruder, meine Schwägerin und ich gemeinsam aus vielen orientalischen Zutaten – die ich bis dato selten bis gar nicht in der Küche verarbeitet hatte – eine eigene Currypaste hergestellt haben. Zunächst sehr skeptisch, war die Curry Bowl, die wir gemeinsam gekocht haben, dann doch für mich eine wahre Geschmacksexplosion. Seitdem kommen Currys in verschiedenen Varianten regelmäßig auf den Tisch! – Oliver

## Zutaten (2 Portionen)

200 g Hähnchenbrustfilet, gewürfelt  
125 g Vollkorn Basmati Reis  
200 g grüne Bohnen (ganz), Enden abgeschnitten  
2 Karotten, mit einem Sparschäler in dünne Streifen geschnitten  
2 rote Zwiebeln, geviertelt  
1 rote Paprika, grob gewürfelt  
400 ml Kokosmilch  
1 EL Mandarinenöl  
1 EL Olivenöl

## Für die Currypaste

1 Jalapeño, in Ringe geschnitten  
1 rote Chilischote, in Ringe geschnitten  
30 g frischer Ingwer, geschält und grob zerkleinert  
4 Knoblauchzehen, halbiert  
1 EL Ingweröl  
1 Bund frischer Koriander (inkl. Stiele), grob zerkleinert  
1 Stängel Zitronengras, grob zerkleinert  
4 Limettenblätter (getrocknet oder gefroren)  
5 g Salz  
1 Muskatblüte, ganz  
2 TL Koriandersamen, ganz  
1 TL Cayennepfeffer  
1 TL Kurkumapulver  
½ TL Cumin

## Zubereitung

- » Alle Zutaten für die Currypaste in einen Universalzerkleinerer geben und fein pürieren
- » Reis gemäß Packungsanleitung entweder als Koch- oder Quellteig zubereiten.
- » Mandarinenöl in einem Wok erhitzen, Bohnen scharf anbraten. Zwiebeln und Paprika zugeben und ebenfalls scharf anbraten. Kokosmilch dazugießen, Currypaste einrühren und alles einige Minuten einkochen lassen.
- » Karottenraspel erst wenige Minuten vor dem Servieren untermischen.
- » Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Hähnchenwürfel darin scharf anbraten.
- » Curry mit dem Reis in Schüsseln anrichten und Hähnchenwürfel darüber verteilen.





# Pizzateig & Pizzasauce

Pizza haben wir schon immer geliebt. Unsere Leidenschaft geht dabei sogar so weit, dass wir eine Ausbildung zum Pizzaiolo gemacht haben. Pizza ist nämlich nicht gleich Pizza: Selbst in einem Holzofen wird aus einem Fertigteig oder einem Blitz-Teig mit viel Hefe keine wirklich gute Pizza. Alles beginnt mit einem von Hand hergestellten Teig und einer langen Teigführung. Die Belohnung: ein tolles Aroma und ein luftiger Rand, dem Familie und Freunde garantiert nicht widerstehen können. – Boris

## Zutaten (etwa 4 Pizzen)

500 g Weizenmehl (tipo 00)  
275 g Wasser  
15 g Olivenöl  
15 g Salz  
1 EL Olivenöl  
0,5 g Frischhefe

### Tipps

Ist der Teig kälter, ist er weniger elastisch, sondern fester und reißt dadurch weniger. Das macht es am Anfang leichter. Mehr Spaß macht es aber, wenn der Teig schon etwas Zimmertemperatur angenommen hat, dann werden die Pizzen größer und dünner (aber vorsichtig arbeiten, damit der Teig nicht reißt).

Dabei den Teig niemals mit einem Nudelholz ausrollen, sondern nur mit den Händen arbeiten.

Auf einem Pizzastein backen, oder ein Backblech im Ofen bei voller Hitze gut aufheizen.

## Pizzateig – Zubereitung

» Mehl in eine große Schüssel geben. Hefe vollständig im Wasser auflösen und zum Mehl schütten. Mit den Händen (Küchenmaschine nicht empfohlen) den Teig für ca. 10 Minuten kräftig durchkneten, bis der Teig das gesamte Wasser aufgenommen hat.

» Salz zugeben und einige Minuten lang unter den Teig kneten. 15 g Öl ebenfalls zugeben und kräftig unterkneten, bis ein glatter nicht klebriger Teig entsteht.

» 1 EL Öl über den Teig geben und gleichmäßig verteilen, damit dieser komplett mit Öl benetzt ist. Teig in der Schüssel belassen und darin mit einer Frischhaltefolie gut abdecken. Ca. 6 Stunden bei Zimmertemperatur (ca. 20 bis 22 Grad) reifen lassen. Danach in den Kühlschrank stellen und dort weitere 18 Stunden reifen lassen.

» Teig aus dem Kühlschrank nehmen und mit einer bemehlten Teigkarte in 4 Stücke à 180 bis 200 g teilen. Jedes Stück zu einer Kugeln formen, indem die Außenseiten nach innen gekrepelt werden, bis eine straffe, geschlossene Kugel entsteht. Kugeln in eine abgedichtete Aufbewahrungsdose geben und diese im Kühlschrank ca. 6 bis 8 Stunden ruhen lassen.

» Teigkugeln ca. 30 bis 60 Minuten vor der Weiterverarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen.



## Zutaten (Sauce für etwa 4 Pizzen)

400 g San-Marzano-Tomaten aus der Dose (ganz und geschält)  
2 Knoblauchzehen, gepresst  
50 ml Wasser  
2 TL Oregano  
2 TL Basilikum  
1 TL Majoran  
1 TL Thymian  
Salz  
Pfeffer

## Pizzasauce – Zubereitung

» Tomaten in einen Topf geben, mit einer großen Gabel zerdrücken, Wasser zugeben und alles kurz aufkochen. Knoblauch, Oregano, Basilikum, Majoran und Thymian unterrühren.

» Ca. 20 Minuten auf niedriger Flamme köcheln lassen.

» Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.





# Dips & Cremes

In allen Formen kaufen wir regelmäßig fertige von der Lebensmittelindustrie hergestellte Dips und Cremes. Manche schmecken, viele nicht und wenn es mal etwas Neues gibt, muss auch das erstmal probiert werden. Kennen wir. Kann man machen. Ist aber wie bei der Kräuterbutter. Es ist so einfach und viel geschmackvoller, wenn man Dips oder Cremes selbst macht. Keine industrielle Verarbeitung, keine unnötigen Zusätze, sondern wenige gute und frische Zutaten. – Oliver

## Zutaten (etwa 350 g)

1 kleine rote Zwiebel, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
250 g Speisequark (40 % Fett i. Tr.)  
2 EL Zitronensaft  
1 Bund frischer Schnittlauch, in  
Röllchen geschnitten  
Salz  
Pfeffer

## Sour Cream – Zubereitung

- » Zwiebeln, Knoblauch, Quark, Zitronensaft und Schnittlauch miteinander verrühren bis die Mischung schön cremig ist.
- » Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.



## Zutaten (6 Portionen)

1 grüne Jalapeño, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, gepresst  
20 g Weizenmehl (Type 550)  
200 g Milch  
160 g Appenzeller Käse (oder auch  
„Füürtüfel“, ein Käse mit Chili),  
gerieben  
20 g Butter  
1 TL Cayennepfeffer

## Käse-Dip – Zubereitung

- » Butter in einem Topf schmelzen und das Mehl mit einem Schneebesen einrühren. Weiterrühren und sobald die Mischung leicht braun wird, die Milch schluckweise hinzufügen. Dabei ständig rühren, damit die Masse nicht klumpt (siehe auch Béchamelsauce)!
- » Jalapeño und Knoblauch ebenfalls unter Rühren zugeben. Solange rühren, bis die Mischung eine sämige Konsistenz hat.
- » Sofort von der Flamme nehmen, mit Cayennepfeffer würzen und Käse unterrühren bis er vollständig geschmolzen ist.



## Zutaten (etwa 500 g)

140 g Thunfischfilet aus der Dose (in  
eigenem Saft)  
1 rote Zwiebel, fein gewürfelt  
50 g Kartoffelchips (gesalzen)  
200 g Frischkäse (Natur)  
100 ml Sahne  
10 g Limettensaft  
1 TL Chili Ancho  
1 TL Pfeffer

## Thunfischcreme – Zubereitung

- » Chips direkt in der Chipstüte oder in einem Tuch zerdrücken.
- » Thunfisch in einer Schüssel mit einer Gabel zerkleinern, erst Chips und Sahne, dann alle anderen Zutaten gut untermischen.

