

Knusper-Nuss-Granola & Schoko-Granola



Schon in meiner Studienzeit liebte ich Schoko-Knusper-Müsli aus Haferflocken, das ich immer in einem namhaften Bio-Supermarkt kaufte. Die schokoladige Leckerei war mir nicht nur Frühstück, sondern auch Snack, Kuchen-Ersatz oder Abendessen, wenn ich sonst nichts Essbares da hatte.

In den letzten Jahren habe ich ja mit Erfolg versucht, den herkömmlichen Zucker etwas zu reduzieren und kaufe seitdem immer weniger solcher fertigen Produkte. Wenn man sich mal entwöhnt hat, sind sie einem meist eh zu süß.

Allerdings fehlt mir dieses knusprige leckere Frühstück manchmal schon sehr, zumal ich zurzeit keine Lust auf Porridge oder ONOs habe.

Schon lange hatte ich mir beim Anblick selbstgemachter Granolas im Netz vorgenommen, das auch mal auszuprobieren und

letztes Wochenende setzte ich das Vorhaben endlich mal um.



Die Herstellung ist wirklich simpel! Ich machte gleich die doppelte Menge, damit sich der Aufwand auch lohnt und bin seit einer Woche selig, wenn ich morgens mein Nuss- oder Schoko-Granola mit Hafermilch löffle. Nachdem das Nuss-Granola nämlich so überlecker wurde, habe ich einige Tage später gleich noch einen Versuch mit Kakao gemacht, der ebenfalls klasse wurde!

Deswegen gibt es heute auch gleich 2 Rezepte bzw. eine Variante mit Schoko. =)

Die gerösteten Nüsse im Granola liebe ich persönlich sehr, aber wer sie zum Beispiel nicht verträgt, kann auch noch ein paar mehr Kürbiskerne zufügen, mehr Mohn nehmen oder noch Sonnenblumenkerne dazugeben. Die Variationen sind grenzenlos!



Für 2 Bleche Nuss-Granola:

150 g Datteln (in heißem Wasser eingeweicht)
20 g Rapsöl
40 g Haferdrink
70 g Mandelmus (braun, aber weiß geht auch)
100 g Nuss-Mix
300 g feine Haferflocken
200 g 4-Korn-Flocken
50 g Kürbiskerne, gehackt
15 g Leinsamen
30 g Mohn
1 gr. Prise Salz

2 Bleche mit Backpapier belegen und bereitstellen. Den Ofen auf 120 °C Umluft vorheizen.

Die ersten 4 Zutaten im Mixer oder Blitzhacker zu einer homogenen Masse pürieren.

Die Nüsse hacken und beiseitestellen. Die restlichen trockenen Zutaten in eine Schüssel wiegen und mischen. Dann die Kleber-Dattel-Masse dazugeben und mit den Händen alles gründlich verkneten.

Die Granola-Masse auf die Bleche verteilen und ausbreiten. Sehr große Klumpen zerkleinern. Das Müsli insgesamt ca. 45 Minuten rösten, dabei alle 10 Minuten wenden/rühren und wieder ausbreiten. Die letzten 10 Minuten die gehackten Nüsse dazugeben und mitrösten. Das Granola im Ofen abkühlen lassen, so kann noch die restliche Feuchtigkeit verdampfen, falls vorhanden.

In luftdicht verschließbaren Gefäßen aufbewahren und mit Milch oder pflanzlichen Alternativen genießen.

Für 2 Bleche Schoko-Granola:

150 g Datteln (in heißem Wasser eingeweicht)
20 g Rapsöl
50 g Ahornsirup
70 g Mandelmus (braun, aber weiß geht auch)
150 g Nuss-Mix

300 g feine Haferflocken
200 g 4-Korn-Flocken
30 g Kakao
2 gestr. TL Zimt
1 gr. Prise Salz

Genau wie das Nuss-Granola zubereiten.

Das Granola ist nicht sehr süß. Wer es ein wenig süßer mag, gibt ein wenig Ahornsirup (oder Agavendicksaft) über das Müsli oder in die Milch. Honig geht natürlich auch, löst sich aber nicht so gut auf wie der Sirup.



Ich bin gespannt, was ihr zu diesem Frühstück sagt und hoffe,

ihr startet damit genauso energiereich und zufrieden in den Tag wie ich!

Habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

Castagnaccio – Italienischer Kastanienkuchen



Den letzten Urlaubstag haben Naschkater und ich genutzt, um unsere Abstellkammer einmal auf Links zu drehen. Sie war so voll, dass wir Einkäufe nicht mehr unterkriegten und das Chaos war atemberaubend. Also räumten wir sie einmal komplett leer – unfassbar, wie viel Zeug da drin war und was man alles besitzt! – und dann nach gründlichem Ausmisten wieder mit

System ein. Jetzt findet man alles sofort und wir ertappen uns immer noch hin und wieder, wie wir in der Tür stehen und die neue Ordnung anhimmeln.

Bei dieser Aktion „fand“ ich dann auch das Kastanienmehl, das ich vor einiger Zeit mal bestellt hatte und beschloss, endlich mal einen Castagnaccio, einen italienischen Kastanienkuchen, zu backen. Das hatte ich schon lange vor, genauer gesagt, seit ich das Rezept dafür in meiner ersten Kochbuchübersetzung ([Toskana. Eine kulinarische Liebeserklärung](#)) ins Deutsche tippte.



Diese
r Castagnaccio ist kein Kuchen im klassischen Sinn, denn er

schmeckt nur leicht süß. Naschkatzen mit sehr süßem Zahn sollten die Zuckermenge erhöhen (dass ich das mal schreibe!). Im Rezept aus „Toskana“ steht kein Rosmarin, aber das kenne ich von anderen italienischen Rezepten und ich finde, der Kuchen sieht dann gleich noch mal so dekorativ aus.

Csaba dalla Zorza macht ihn außerdem mit Milch, ich habe vegane Hafermilch genommen. Wobei ich mir vorstellen könnte, dass die Milch durch den Fettanteil den Castagnaccio noch etwas weicher und voller im Geschmack werden lässt.

Für 6 kleine Tartlett-Förmchen (oder 1 kleine Springform):

150 g Kastanienmehl
30 g Zucker
35 g Rosinen
2 EL Olivenöl extra vergine
100 ml (Hafer)Milch
30 g Pinienkerne
Etwas frischer Rosmarin

Das Kastanienmehl in eine große Schüssel sieben und mit dem Zucker vermischen. Die

Rosinen in einer Schüssel mit lauwarmem Wasser ca. 15 Minuten einweichen. Tarteletteförmchen (vorzugsweise aus Silikon – trotz Öl ging der Kuchen aus meinen Formen nicht raus) mit etwas Öl einfetten und auf einem Backblech bereitstellen, sodass sie gefüllt leichter zu transportieren sind. Den Ofen auf 180°C vorheizen.

Die Milch langsam zum Mehl gießen und dabei mit einem Holzlöffel rühren, um

Klümpchenbildung zu vermeiden. 1 EL Öl hinzufügen, umrühren und dann unter ständigem

Rühren nach und nach 100–150 ml Wasser (oder ebenfalls Haferdrink) zugeben, bis ein flüssiger Teig ohne Klümpchen entstanden ist. Eventuell benötigt man weniger Wasser oder auch mehr, das hängt vom Mehl ab. Wenn der Teig zu fest ist, wird der Kastanienkuchen hart!

Rosinen abgießen, unter fließendem Wasser abspülen und mit

Küchenpapier trocken

tupfen. Zum Teig geben, unterrühren und die Masse auf die Mulden der Backform verteilen.

Die Oberflächen mit dem restlichen Öl beträufeln und mit den Pinienkernen und den Rosmarinnadeln bestreuen. Die Tarteletts in den Ofen schieben und ca. 25 Minuten backen. Die Kuchen sind fertig, wenn die Oberfläche sich öffnet und kleine Risse entstehen. Den Ofen ausschalten, die Kastanienkuchen abkühlen lassen und lauwarm oder kalt servieren.



Habt ihr jetzt auch Lust auf ein bisschen Italien? Wenn wir

hier im Winter festsitzen, holen wir uns la dolce vita eben in die Küche und auf den Teller! Die Aromen von Pinienkernen und Rosmarin helfen wunderbar gegen Fernweh!

Macht es euch schön und habt ein genussvolles Wochenende!
Eure Judith

Exotisches Schinkenbrot: Pan de Jamon aus Venezuela



Ein
Frohes neues Jahr wünsche ich euch allen! Ich hoffe, ihr habt das alte Jahr gut beendet und das neue schön begonnen!

Nach fast 2 Wochen Weihnachtsurlaub geht es morgen wieder los bei mir – der Broterwerb ruft. Das Jahr wird direkt turbulent

starten, denn unsere Firma zieht um und trotzdem will der normale Wahnsinn ja weiterlaufen. Also habe ich die letzten Wochen genutzt, um vom letzten Jahr auszuruhen und auch viel auszumisten und Altes loszulassen.



Außerdem habe ich für die Aktion



von

Volker auf Verónicas Blog „[1000 Leckerbissen](#)“ gestöbert und ganz viele Leckereien entdeckt. Verónica bloggt über Essen aus Venezuela und Chile, aber auch übers Abnehmen und Rezepte aus aller Welt. Man findet Exotisches, Vegetarisches, Veganer, aber auch herzhafte Fleischgenüsse wie dieses Brot.

Besonders spannend fand ich die südamerikanische Küche, denn mit ihr kam ich bisher kaum in Berührung. Zuerst wollte ich Empanadas oder Arepas machen, dann fiel meine Wahl aber auf das [Schinkenbrot Pan de Jamon](#), das in Venezuela nur im Dezember gebacken wird und das Verónica mit Weihnachten verbindet.

Zwar ist Weihnachten schon vorbei und mittlerweile auch der Dezember, aber das will ich jetzt mal nicht so ganz genau nehmen. Für deutsche Gaumen mag dieses Brot mit seiner Füllung aus Schinken, Speck, Rosinen und grünen Oliven etwas abgefahren klingen, aber ich versichere euch: es schmeckt fantastisch! Herzhaft und gleichzeitig ein bisschen süß, befriedigt es alle Naschkatzen-Bedürfnisse auf einmal!



Natürlich habe ich es ein klein wenig verändert (wobei ich

mich diesmal wirklich sehr ans Originalrezept gehalten habe!). Aber wie immer habe ich Dinkelmehl statt Weizen verwendet. Frische Hefe hatte ich nicht, aber mit Trockenhefe funktionierte es genauso gut. Statt Ur-Süße habe ich Ahornsirup genommen.

Für 1 Brot:

Teig:

260 g Dinkelmehl 630
2 große Prisen Salz
10 g Zucker
30 g Margarine
150 ml Wasser
 $\frac{1}{2}$ Tütchen Trockenhefe

Füllung:

200 g Schinken
35 g Rosinen
3 Scheiben Speck
15 Oliven (mit Paprikafüllung)

Zum Bestreichen:

2 EL Wasser
1 EL Ahornsirup oder Ursüße (Muscovado/Mascobado-Zucker/
Jaggery)

Mehl, Salz, Zucker und Margarine in einer Schüssel vermischen.
Die Hefe im Wasser auflösen.

Das Hefe-Wasser zu den trockenen Zutaten geben. Am Anfang, langsam kneten, bis alles gut vermischt ist. Dann fester kneten, bis die Konsistenz homogen ist. Wenn du eine Küchenmaschine hast, dann nimmst du zunächst die kleinste Stufe für 2 Minuten und danach die nächst höhere Stufe für 8 Minuten.

Den Teig für eine Stunde zugedeckt an einem warmen Ort ruhen lassen. Am besten den Ofen kurz auf 50 °C vorheizen, dann ausdrehen und den Teig darin gehen lassen – die Tür mit einem Kochlöffel einen Spalt offen halten.

Nach der Ruhezeit, den Teig zu einem ca. 5 mm dünnen Rechteck

ausrollen. Der Teig kann etwas klebrig sein, also die Arbeitsfläche gut mehlen. Den Schinken darauf verteilen, sodass der Teig komplett bedeckt ist. Dann die Speckstreifen darauflegen. Rosinen und Oliven gleichmäßig verteilen, dann das Rechteck aufrollen und mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Enden der Rolle verschließen und den Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen. Danach den Teig eine halbe Stunde lang ruhen lassen.

Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Das Brot im vorgeheizten Backofen für ca. 30–40 Min. backen.

Nach 25 Minuten im Backofen die mit Wasser angerührte Ur-Süße mit einem Pinsel auf das Brot streichen. Solltest du keine Ur-Süße haben, dann nimm stattdessen 1 Ei – in diesem Fall sollte das Wasser aber nicht heiß sein. Weiter backen lassen, bis das Brot gar ist.

Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und genießen!



Ich hoffe, ihr habt jetzt Hunger bekommen und werdet dieses

köstliche Brot einmal nachbacken! Es eignet sich auch super für Büffets oder Parties.

Habt eine genussvolle Restwoche!

Eure Judith

Tortelli di castagne - Italienische Maronen-Kekse



In der letzten Zeit habe ich die [Videos der Pasta Grannies](#) für mich entdeckt. Als ich für meine Übersetzung eines Pastabuchs recherchieren musste, wie eine bestimmte Nudelsorte geformt wird, stieß ich auf die Videos des großartigen Projekts, das alte Rezepte und Zubereitungsarten für Pasta in ganz Italien dokumentiert. Das dazugehörige [Kochbuch „Pasta tradizionale“](#)

habe ich hier bereits vorgestellt.

In den Videos stieß ich auf diese Tortelli di castagne und war sofort begeistert, denn ich liebe Maronen. Außerdem ist diese Art von Gebäck nicht so typisch für Deutschland und einfach mal was Neues. Zwar hatte ich damals schon meine Zweifel, dass ich die Form so schön hinbekomme, aber ich wollte etwas in dieser Art ausprobieren.



Natürlich sehen meine Tortelli längst nicht so hübsch aus wie bei der italienischen Nonna (Oma), aber sie bereitet dieses Gebäck ja auch seit Jahrzehnten zu und ich finde meine Taschen auch ganz gut, auch ohne Zopfmuster.

Natürlich habe ich das Rezept sehr frei nach gebacken: Die Füllung ist etwas anders, der Teig ohne Schmalz, sondern nur mit Butter und ich tauche das fertige Gebäck nicht in Sirup.

Ich finde die Tortelli trotzdem unfassbar lecker! Die Maronenfüllung schmeckt wunderbar nach Orange und der Teig ist mürbe und direkt aus dem Ofen außen herrlich knusprig.



Die Füllung hat nicht komplett gereicht, ein, zwei Handvoll

Taschen habe ich also mit ein wenig Aprikosenkonfitüre gefüllt, was auch sehr lecker war. Generell kann man bei der Füllung sicher gut variieren. Mit einer Mohn- oder Mohn-Marzipan-Füllung kann ich mir die Tortelli auch super vorstellen.

Die Menge ergibt recht viele Taschen, bei mir waren es sicher ca. 60 Stück. Dabei hatte ich die Mengen aus dem italienischen Rezept schon halbiert.

Natürlich hängt die Größe vom Durchmesser des runden Ausstechers ab. Meiner war 5,5 cm groß.

Für 50–60 Stück:

Teig:

500 g Mehl
10 g Backpulver
60 g Zucker
120 g Butter, gewürfelt
2 Eier
1 Prise Salz

Füllung:

200 g Maronen, gegart und geschält
4 EL Rum
1 geh. EL Aprikosenkonfitüre
2 EL Rohrzucker
50 g Orangeat
50 g geschälte, gemahlene Mandeln
1 geh. TL Kakaopulver
1 TL Getreidekaffee (oder Kaffeepulver)
Saft von 1 Orange
Ein wenig Orangenschale, gerieben

Mehl, Backpulver und Zucker mischen und eine Mulde in die Mitte drücken. Butter, Eier und Salz hineingeben und mit der Hand vermischen, dann nach und nach das Mehl vom Rand einarbeiten. So viel Wasser zufügen, bis alles zu einem glatten Teig verarbeitet ist. Den Teig kurz kneten, dann abgedeckt eine Weile kalt stellen.

Für die Füllung die Maronen grob zerkleinern und mit dem Rum, der Konfitüre, dem Zucker, dem Orangeat und dem Orangensaft in einem kleinen Topf eine Weile köcheln lassen. Dann alles pürieren, Kakao und Kaffeepulver einrühren und dann die Mandeln untermischen, bis eine recht feste Masse entstanden ist. Eventuell braucht man etwas mehr oder weniger Mandeln als angegeben. Die Füllung eine Weile ruhen lassen (oder über Nacht ziehen lassen).

Den Teig auf einer bemehlten Fläche ausrollen (er ist recht weich, also geht das nicht allzu dünn) und Kreise ausstechen. Einen Kreis in die Hand legen, einen knappen TL Füllung daraufgeben und die Füllung notfalls mit den Händen leicht zu einem länglichen Zylinder formen, dann zwei Ränder nach oben nehmen und halbmondförmige Taschen falten. Die Ränder zusammendrücken, sodass die Füllung eingeschlossen ist. Mit der Naht nach oben auf mit Backpapier belegte Bleche setzen. Den gesamten Teig mit der Füllung auf diese Weise verarbeiten und die Tortelli bei 180°C Umluft 10–15 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Mein Ofen backt etwas ungleich, weshalb die eine Seite der Tortelli brauner ist als die andere – wer dieses Problem kennt, sollte das Blech nach der Hälfte der Backzeit drehen.



Dieses Rezept wird vermutlich das letzte für dieses Jahr sein,

auf jeden Fall aber das letzte vor Weihnachten. Nach diesem arbeitsreichen Jahr mache ich eine kleine Pause und genieße ruhige Feiertage.

Euch wünsche ich eine besinnliche und erholsame Zeit mit euren Lieben. Lasst es euch gut gehen und tankt viel Kraft für das neue Jahr!

Eure Judith

Italienische Weihnachtsaromen: Mini- Panettone



Letzt

es Wochenende habe ich meine ersten Panettone gebacken. Kennt ihr den unfassbar fluffigen Hefekuchen aus Italien mit kandierten Zitrusschalen und Kirschen oder auch mit Schokostücken? In der Weihnachtszeit findet man ihn oft in italienischen Restaurants und mittlerweile auch in deutschen Supermärkten.

Ich liebe Panettone! Dafür lasse ich sofort jeden Stollen liegen! Bisher habe ich mich allerdings nie ran gewagt und selbst welchen gebacken. Letztes Wochenende habe ich einen Versuch gestartet. Das Rezept habe ich von einem italienischen Blog namens chiarapassion.com, allerdings habe ich es natürlich wieder ein bisschen abgewandelt.

Im Originalrezept steht Manitoba-Mehl, ein sehr kleberstarkes Weizenmehl. Ich hatte das natürlich nicht da und habe mein übliches Dinkelmehl 630 genommen. Gut möglich, dass der Panettone mit Manitoba deutlich fluffiger und somit authentischer wird.



Statt nur Rosinen habe ich Orangeat, Zitronat, Rosinen und

kandierte Kirschen genommen und fand diese Mischung perfekt. Aromatisch schmeckten meine Küchlein für mich absolut nach Panettone. Nur wurde mein Teig nicht so wunderbar weich und fluffig – nächstes Mal probiere ich das Manitoba-Mehl aus!

Panettone-Formen sind nicht so leicht zu bekommen. Manche empfehlen einen unbenutzten Blumentopf. Da ich kleine Küchlein machen wollte, habe ich hohe Dessertringe genommen und sie nach oben mit Backpapier erweitert. Das funktionierte sehr gut.

Für 1 großen Panettone oder mehrere kleine:

50 g Rosinen

Rum

500 g Manitoba-Mehl

50 g Zucker

150 ml Wasser

100 g weiche Butter

1 Prise Salz

15 g Hefe

2 Eier

1 Eigelb

Abgeriebene Schale von 1 Orange und 1 Zitrone

50 g Orangeat

30 g Zitronat

50 g kandierte Kirschen, gehackt

Die Rosinen in Rum einweichen und vor dem Zubereiten des Teigs gründlich abtropfen lassen.

Das Mehl in die Schüssel der Küchenmaschine sieben und eine Mulde in die Mitte drücken. Die Hefe, den Zucker, die Butter in Stückchen, die Eier, die Eigelbe und die abgeriebenen Zitrusschalen und die Hälfte des Wassers hineingeben. Kurz verrühren, dann das übrige Wasser und das Salz zufügen und alles 10–15 Minuten kneten (lassen), bis ein elastischer Teig entstanden ist. Den Teig währenddessen ab und zu von den Knethaken lösen und in der Schüssel umdrehen.

Die Rosinen, das Orangeat, das Zitronat und die Kirschen

unterkneten, bis alles gut vermischt ist. Den Teig auf die Arbeitsfläche geben und mit leicht eingefetteten Händen zu einer straffen Kugel formen. Die Kugel in eine Schüssel legen, mit Folie abdecken und an einem warmen Ort (am besten im warmen Ofen, der auf 50 °C erhitzt und dann ausgeschaltet wurde) 2–3 Stunden gehen lassen, bis der Teig sein Volumen verdoppelt oder verdreifacht hat.

Den Teig auf der Arbeitsfläche noch einmal durchkneten und entweder in eine große, mit Backpapier ausgekleidete (Panettone)Form geben oder mehrere hohe Dessertringe auf ein mit Backpapier belegtes Blech stellen, mit Backpapier auskleiden und den Teig auf die kleinen Formen verteilen. Den Teig erneut gehen lassen, bis er fast die Kante der Form erreicht hat. Den Ofen auf 170 °C vorheizen und die Panettone ca. 45 Minuten backen. Falls die Küchlein zu stark bräunen, mit etwas Alufolie abdecken. Die fertigen Panettone etwas abkühlen lassen, aus den Formen lösen und auf einem Gitter auskühlen.



Am besten schmeckten sie uns frisch aus dem Ofen, noch ganz

leicht lauwarm.

Habt ihr ein ausländisches Lieblingsgebäck? Vielleicht sogar ein Weihnachtsgebäck?

Lasst mir doch einen Kommentar da und erzählt uns davon!

Ich wünsche euch ein genussvolles 2. Adventswochenende!

Eure Judith