

♥ Blogevent ♥ Omas Apfelpfannkuchen und die Hamsterfahrten ihrer Kindheit



Heute gibt es einen weiteren Inbegriff von Soulfood für mich: Omas Apfelpfannkuchen. Dazu eine Geschichte aus ihrer Jugend – eine von vielen, die sie mir immer erzählt hat.

„Oma, erzähl´ mir was von früher!“, das war ein Satz, den ich oft zu ihr sagte, denn ich war fasziniert von der Zeit, in der sie groß geworden ist und von ihren Erlebnissen im Krieg, von dem sie allerdings meist positiv berichtete, denn sie erzählte mir Anekdoten aus ihrem Alltag in dieser Zeit.



„Ach Mist, die offene Buttermilch ist schimmelig!“ Genervt nahm ich noch eine frische Packung aus dem Kühlschrank und stellte die verdorbene beiseite. „Ich hasse es, wenn ich Lebensmittel wegwerfen muss, weil sie schlecht werden.“

„Ach nein! Das gibt's doch nicht!“, kam prompt von meiner Oma. Ihr brach es fast das Herz, wenn Essen in den Müll kam. „Das wäre uns im Krieg nie passiert. Da war man froh, wenn man nicht hungern musste.“

„War es denn so schlimm bei euch? Im ländlichen Raum hattet ihr doch sicher mehr als die Leute in der Stadt, oder?“ „Oh ja, das war unser Glück. Wir waren ja bei Onkel Karl in Tuttlingen untergebracht, direkt neben der Firma Rieker. Onkel Karl hat ja da gearbeitet. Und da sind wir dann oft hamstern gegangen in den umliegenden Dörfern. Wir hatten ja Musterschuhe und solche Sachen und die haben wir bei den Bauern getauscht gegen Butter und Mehl und was man so gebraucht hat. Man war ja für alles dankbar.“

Während Oma erzählte, wog ich 200 Gramm Mehl auf der Küchenwaage ab. Das alte Teil atmete Geschichte. Es bestand aus einer flachen Schale, wie es sie sicher früher in Tante Emma Läden gegeben hatte und zum Abwiegen verschob man kleine Gewichte auf einer Metallstange, die dann waagrecht war, wenn die entsprechende Menge in der Schale erreicht war. Oma schälte und schnitt währenddessen die vier Äpfel. Es würde

Pfannkuchen zu Mittag geben. „Ich muss ewig dran denken, wie ich mit Onkel Karl beim Hamstern war und die Franzosen kamen uns entgegen. Die haben einem ja alles weggenommen. Wir waren auf dem Heimweg und plötzlich meinte Onkel Karl: ‘Ach Gott, da vorne kommen die Franzosen! Was machen wir denn jetzt?’“

Während ich vier Eier trennte, stellte ich mir meine Oma als junges Mädchen vor mit ihrem Onkel an der Seite, wie sie mit einer Tasche über eine Landstraße der schwäbischen Alb liefen und ihnen zwei Soldaten entgegen kamen. Wie fühlte man sich da, wenn man mühsam Essen beschaffte und dann Gefahr lief, es durch die Willkür der Besatzer wieder zu verlieren?

Was habt ihr dann gemacht?“, wollte ich wissen und verrührte die Eigelbe leicht miteinander und gab eine Prise Salz hinzu. Oma siebte das Mehl darüber und ich rührte, während sie hin und wieder einen Schuss Buttermilch dazu goss, bis mir der Teig schwer und leicht zäh vom Löffel fiel. Dann kamen die feinen Apfelscheibchen dazu, die sie in Zitronensaft eingelegt hatte.

„Wir konnten ja nichts tun außer weiter zu laufen. Natürlich wurden wir angehalten. Ich höre ewig den Franzosen sagen ‘Halt! Was du haben?’ und dabei auf die Tasche deuten. Mir ist das Herz in die Hose gerutscht. Aber Onkel Karl blieb ganz ruhig, öffnete die Tasche, hielt sie ihnen entgegen und antwortete ‘Fressage!’“

Ich fing an zu lachen und schmunzelte auch noch vor mich hin, als ich die Eiweiße zu Schnee schlug und sie vorsichtig unter den Teig hob. Onkel Karl war wohl nicht nur ein Scherzbold gewesen, sondern hatte auch noch mehr als gute Nerven gehabt. Seine französische Wortneuschöpfung schien jedenfalls gewirkt zu haben. Entweder hatte sie die Franzosen irritiert oder beeindruckt, jedenfalls hatten sie die beiden ohne Kommentar weiter gewunken.

Die Hamsterbeute war gerettet. Dreistigkeit siegt.



Omas

Apfelpfannkuchen

4 Äpfel

4 Eier

200 g Mehl

etwas Salz

Buttermilch

Zitronensaft

Butterschmalz

Die Äpfel reiben oder in feine Scheiben schneiden, mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Die Eier trennen, das Eiweiß zu Schnee schlagen.

Das Eigelb mit dem Mehl und Salz verrühren und so viel Buttermilch zugeben, bis der Teig zähflüssig vom Löffel fällt.

Die Äpfel unterrühren und den Teig etwas ruhen lassen.

In einer Pfanne mit Backfett (z.B. Butaris) backen, auf Küchenpapier ein wenig entfetten und abkühlen lassen und danach mit Zucker oder Zimtzucker bestreuen.[nurkochen]



Ich
wünsche euch wunderschöne Weihnachtstage mit Familie und
Freunden, gutem Essen und viel Zeit zum Entspannen.
Genussvolle Grüße,
eure Judith ♥

Blitzschnelle Mini- Apfelstrudel aus Filoteig mit Vanillesauce (vegan)



Letzten Herbst haben wir bei meinen Eltern ein Apfelerntefest gemacht. Sie haben am Rande des Dorfes ein kleines Grundstück mit ein paar Bäumchen darauf, die jedes Jahr reichlich Äpfel tragen. Meist so viele, dass wir sie nicht alle ernten und lagern können. Deswegen geben wir sie gerne an Freunde weiter. Das haben wir mit einem kleinen Picknick verbunden: es gab Apfelmuffins, Kaffee und Tee und natürlich konnten wir beim Pflücken auch nicht widerstehen und knabberten den einen oder anderen Apfel. Eine schöne Ernte war das.

Dieses Jahr war ich leider nicht dabei. Aber meine beiden haben auch alleine viele Kisten der saftigen Früchte von den Bäumen geholt und in großen Stapeln in der Garage eingelagert. Mein Pa hatte sich dafür extra vor ein paar Jahren grüne Obstkisten bei einem befreundeten Gemüsehändler besorgt.

Nun haben wir also wieder unseren Wintervorrat an köstlichen knackigen Vitaminquellen und können aus dem Vollen schöpfen. Man kann nämlich wunderbar mit ihnen backen.

Ich finde, sie haben die perfekte Balance zwischen Frucht und Säure und das liebe ich bei Äpfeln. Auch im Kuchen ist das super und so backe ich gerne unseren Familien-Rührkuchen (Onkel Heiko- Kuchen genannt) aus Dinkelvollkornmehl mit Äpfeln, den [1-2-3- Apfelkuchen](#) oder auch mal einen Strudel.



Da

ein großer Strudel ja doch etwas Aufwand bedeutet, wenn man den Teig selbst macht, und da er für zwei Personen vielleicht auch etwas zu viel ist (auch wenn Naschkater und ich ihn sicher bewältigen würden...), habe ich uns kleine Strudel aus Filoteig gemacht. Die gehen blitzschnell und schmecken grandios. Da ich immer vegane Margarine kaufe und die Strudel somit sowieso schon vegan waren, habe ich aus der offenen Reismilch noch eine schnelle Vanillesauce dazu gemacht. Mein Naschkater war begeistert von diesem Nachtisch und ich hoffe, ihr werdet es auch sein! =)



Für 4

Stück

8 Blätter Filoteig (Dreiecke) oder 4 rechteckige Blätter,
halbiert

2 Äpfel

1 EL (Rum)Rosinen

2 TL Zimt-Zucker

1 Hand voll Walnüsse, gehackt

[1 TL Rum]

2 EL vegane Margarine, geschmolzen

150 ml Pflanzendrink

1 gestr. EL Stärke

1 Päckchen Vanillezucker

1 EL Vanilleextrakt* oder 1 Prise Vanillepulver

[1 kleiner Schuss Rum]

** Ich habe selbst welchen angesetzt: Ein Schraubglas nehmen, ausgekratzte oder zu trockene Vanilleschoten in kleine Stückchen schneiden oder brechen und ins Glas geben. Mit Rum (tolles zusätzliches Aroma, man kann aber auch etwas Neutraleres wie Korn nehmen) aufgießen, so dass alles bedeckt ist. Ein paar Wochen ziehen lassen.*

Die Äpfel in feine Würfel schneiden. In einer Schüssel mit den (Rum)Rosinen, den fein gehackten Walnüssen und dem Zimtzucker mischen. Wer keine Rumrosinen hat, aber den Geschmack mag, der gibt den TL Rum dazu.

Die Filoblätter mit etwas geschmolzener Margarine bestreichen und immer zwei aufeinander legen. Dann etwa 2 EL der Apfelmischung mittig auf den Teig geben und von drei Seiten her die Zipfel einklappen, so dass die Füllung bedeckt ist und ein Dreieck entsteht.

Mit den restlichen Teigdreiecken ebenso verfahren. Alle Taschen außen mit etwas Margarine bepinseln.

Eine Pfanne bei mittlerer Hitze heiß werden lassen und mit dem Rest Margarine auspinseln. Die Taschen nacheinander oder immer zu zweit hinein geben und bei schwacher bis mittlerer Hitze langsam bei mehrmaligem Wenden braten, bis sie auf beiden Seiten goldbraun und knusprig sind. Das braucht etwa 5

Minuten.

Für die Sauce 150 ml Pflanzendrink (*Ich habe Reisdrink genommen, der hat eine natürliche Süße*) abmessen. 100 ml in einem kleinen Topf zusammen mit dem Vanillezucker und dem Vanilleextrakt oder -pulver erhitzen. In die restlichen 50 ml Flüssigkeit die Stärke einrühren (*Am besten mit Schneebesen*). Wenn die Flüssigkeit kocht, unter Rühren den Stärkemix dazu gießen und weiter rühren, bis es andickt und leicht blubbert.

Die Taschen mit der Sauce anrichten. Wenn man mag, kann man sie zur Verschönerung noch mit einem Hauch Puderzucker bestäuben.[nurkochen]



TIPP:

Man kann für die Füllung natürlich auch gehackte Mandeln oder Haselnüsse nehmen, die Rosinen weglassen und zum Beispiel halb Apfel, halb Birne nehmen. Hier kann jeder seinem Geschmack folgen. =)

Lasst es euch schmecken und ich wünsche euch ein genussreiches Wochenende!

Eure Judith

Deutschland isst bunt: Asiatischer Flammkuchen mit Karotten, Curry, Ingwer und Apfel (vegetarisch/ vegan)



Schon im August hat die liebe Conny von der Seelenschmeichelei eine wunderbare Aktion ins Leben gerufen: „[Deutschland is\(s\)t bunt. Ein kulinarisches Blog-Event für Weltoffenheit und Toleranz.](#)“ Im Sommer konnte ich daran noch nicht teilnehmen, denn ich hatte keine Küche, um bunt zu kochen. Aber heute möchte ich das nachholen, denn das Thema ist nach wie vor wichtig. Und ich finde, auch wenn wir Foodblogger über die schönen Dinge des Lebens und den Genuss schreiben, kann und sollte man auch mal politisch werden.



Seit Monaten wird viel gesagt und geschrieben über das Flüchtlingsthema. Oder „Flüchtlingsproblem“, wie es lieber genannt wird. Zweifelsohne läuft da mächtig was schief in der Welt, wenn so viele Menschen ihre Heimat aufgeben, ihre Familien und Freunde verlassen und ihr Leben skrupellosen Schleusern, kleinen Schlauchbooten und dem großen weiten Mittelmeer anvertrauen. Diese Menschen kommen in Europa an – sofern sie es so weit schaffen – mit nichts. Außer der Hoffnung auf ein besseres Leben, ein sichereres Leben: ohne Krieg, ohne Armut, ohne Chancen.

Viele Dinge machen mich wütend. Zuallererst die Tatsache, dass es in unserer Welt überhaupt nötig ist zu fliehen.

Dass immer mehr Menschen Krieg führen und andere ins Elend stürzen, um ihre Interessen durchzusetzen. Dass Menschen hungern müssen, während wir hier an jeder Ecke Essen im Überfluss haben und Supermärkte tonnenweise Lebensmittel in den Müll werfen, obwohl auch bei uns noch Leute dafür dankbar wären.

Dass die Politiker, die sogenannten „Volksvertreter“, nichts tun, um die Ursachen des „Flüchtlingsproblems“ zu bekämpfen. Sondern mit ihrer Außenpolitik zum Elend dieser Menschen beitragen, ja es oft mit verursachen und dann von „sicheren Herkunftsländern“ sprechen und viele Flüchtlinge wieder abschieben.

Dass Menschen in unserem Land sich von brauner Propaganda und Angstmake in den Medien beeinflussen lassen und Flüchtlinge ablehnen.

Am liebsten würde ich diesen Menschen entgegen schreien:

Wie verzweifelt müsstet ihr sein, um alles zurück zu lassen und ins Ungewisse zu gehen? Versetzt euch doch mal in deren Lage! Empathie, schon mal gehört?

Noch eure Eltern oder Großeltern haben auch Krieg erlebt, waren Flüchtlinge, waren arm, waren verfolgt! Fragt sie mal (wenn es noch geht), wie sie das erlebt haben!

Vor 70 Jahren war Deutschland ein ausgebombtes Land, hatten viele Menschen kein Dach mehr über dem Kopf, kein Hab und Gut mehr und nichts zu essen.

Wir haben verdammtes Glück, dass es uns heute so gut geht!! Dass unsere Generationen in dieser Zeit und in diesem Land geboren wurden und leben dürfen!

Und ich finde, wir haben die Pflicht, dieses Glück zu teilen! Es heißt doch immer, Glück ist das Einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt. Also lasst uns teilen. Unser Essen, unsere Kleidung, unsere Herzlichkeit, unsere Offenheit, unsere Hilfsbereitschaft, unsere Neugier auf andere Menschen und Kulturen, unseren Reichtum in so vielerlei Hinsicht.

Demnächst werden bei uns, ein paar Häuser weiter in der Stadthalle, Flüchtlinge untergebracht werden. Ich hoffe, sie werden hier bei uns durchatmen können, zur Ruhe kommen und sich vor allem willkommen fühlen! Diese neue direkte Nachbarschaft kann für uns alle eine Chance sein und ich denke, die meisten hier teilen diese Ansicht – zum Glück. Dazu möchte ich meinen Teil beitragen.



Bis

es soweit ist blogge ich diesen asiatischen Flammkuchen, ein

buntes crossover aus verschiedenen Küchen dieser Welt.
Denn Essen verbindet. Es öffnet Menschen für andere Küchen und Kulturen, bringt verschiedenste Leute an einem Tisch zusammen. Deutschland ist schon lange ein buntes Land. Wir essen Thailändisch, bevor wir ins Kino gehen, wir lieben sushi und Kebab, wir gehen zum Italiener oder Inder, wir kochen Ungarisches Gulasch, französische Quiche Lorraine und Asiapfanne.

Dieses Rezept ist mein Beitrag, mein kulinarisches Zeichen für Offenheit, für Toleranz, für ein herzliches Willkommen aller, die bei uns Sicherheit und Frieden suchen.



Für 4

Flammkuchen:

360 g Mehl
120 g (Dinkel)Vollkornmehl
4 TL Trockenhefe
260 ml lauwarmes Wasser
1 TL Salz
1TL Zucker
2 EL Olivenöl

450 g Karotten
1 TL Currypaste (oder 2 TL Currypulver)
100 ml Wasser

(1 EL Zucker)

300 g Soyade

[Nicht-Veganer nehmen am besten Schmand]

3 geh. TL Currypulver

Salz, Pfeffer

2 TL Stärke

1 EL frisch geriebener Ingwer

1 große rote Zwiebel

2-4 Äpfel

geriebener Gouda/ veganer Reibekäse

frischer Koriander

Die trockenen Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben, das Wasser und das Öl dazu gießen und alles mit den Händen in ein paar Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt an einem warmen Ort (am besten dem leicht erwärmten Ofen) 1 Stunde gehen lassen.

In dieser Zeit die Karotten schälen, die Enden abschneiden und dann mit einem großen Messer schräge Scheiben abschneiden. Eine Pfanne erhitzen, das Wasser und die Currypaste hinein geben und verrühren. Die Karotten in der Pfanne mit Deckel 10 Minuten bei mittlerer bis hoher Hitze dünsten. Dann den Deckel abnehmen und noch 5 Minuten dünsten, bis die gesamte Flüssigkeit verdampft ist und die Karotten noch etwas bissfest, also noch nicht ganz durch sind. Wer mag gibt einen Esslöffel Zucker darüber, lässt sie ein bisschen karamellisieren. Den Herd ausschalten und die Karotten etwas abkühlen lassen.

Die Soyade mit den Gewürzen verrühren und abschmecken.

Die Zwiebel in feinste Scheiben schneiden, die Äpfel eventuell schälen, vierteln und die Viertel in feine Scheiben schneiden.

Den Ofen samt Blech auf 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein großes Brett mit Backpapier belegen.

Den Teig noch einmal durchkneten, vierteln und jedes Viertel

mit etwas Mehl ganz dünn ausrollen. Den Flammkuchen auf das Backpapierbrett legen. Mit der Creme bestreichen, das Gemüse und Obst darauf verteilen sowie den geriebenen Gouda oder den veganen Käse.

Vom Brett in den Ofen aufs Blech gleiten lassen und 10-15 Minuten auf mittlerer Schiene backen.

Wenn man mag, den Flammkuchen vor dem Servieren mit Koriander bestreuen.[nurkochen]



Danke

, Conny, für diese Aktion und euch allen, die daran teilhaben, für eure bunte Kreativität und euer Engagement. Ich denke, wir werden viele wunderbare Rezepte sammeln, die unsere Welt noch ein bisschen bunter machen. Bunt rockt! Dagegen ist braun doch nur langweilig... =)

Habt eine genussreiche, bunte Zeit!

Eure Judith

Der einfachste und leckerste Apfelkuchen: Das 1-2-3 & 2-4-6 – Rezept



Zwei

Dinge verrate ich heute über mich:

♥ Äpfel sind für mich eines der liebsten Mitglieder im Obstkorb, weil man sie so gut lagern kann und es sie somit fast das ganze Jahr über als regionales Produkt gibt und weil Apfelkuchen in meinen Augen so eine Art Universalkuchen ist; soll heißen, der geht immer, schmeckt immer und auch fast immer jedem. Ich finde, man kann mit einem guten Apfelkuchen einfach nichts falsch machen.

♥ Es ist für mich nahezu unmöglich, mir Rezepte zu merken. Ein Zahlengedächtnis ist bei mir quasi nicht vorhanden und selbst bei meiner großen Leidenschaft, dem Backen, brauche ich stets die Hilfe von Papier, wenn es um Mengen geht.

Eine Ausnahme gibt es da allerdings:



Seit Jahren backe ich diesen unglaublich leckeren und genauso einfachen Apfelkuchen mit Crème fraîche- Guss, dessen absolut unkompliziertes Rezept sogar ich mir merken kann.

Es ist eines von denen, die ich schon immer mit Vollkornmehl backe und bei dem ich absolut überzeugt bin, dass es den Kuchen perfektioniert, weil der Boden durch das Vollkornmehl nämlich fast karamellig- nussig wird und unglaublich knusprig! Probiert es aus! Ihr könnt aber das Rezept 1:1 mit Weißmehl nachbacken.



Teig:

100 g Zucker
200 g kalte Butter

300 g (Vollkorndinkel-) Mehl, am besten ganz frisch gemahlen
1 Ei

Füllung:

2 Becher Crème fraîche
4 Eier
6 EL Zucker
1 gestr. TL gemahlener Ingwer {falls vorhanden}
1 Prise Zimt
abgeriebene Zitronenschale

800 g Äpfel (entspricht ca. 5-6 Boskoop-Äpfeln)

Für den Teig Mehl und Zucker mischen, die Butter in Würfeln und das Ei darübergerben und alles zügig zu einem glatten Teig verkneten. Etwa $\frac{1}{2}$ Stunde kühl stellen.

Für den Guss alle Zutaten in einer Schüssel glatt rühren.

Die Äpfel schälen und in Spalten schneiden. Eventuell mit etwas Zitronensaft mischen, damit sie nicht braun werden.

Den Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen.

Den Teig in eine Springform (Ø 26 cm) drücken, einen etwa daumenhohen Rand hochziehen und die Äpfel im Kreis darauf verteilen. Wenn man Apfelspalten hat, kann man sie auch doppelt legen, dann wird der Belag üppiger und fruchtiger.

Den Guss gleichmäßig darüber verteilen und den Kuchen bei etwa 45 Minuten backen, bis er goldgelb und der Guss fest ist.

In der Form ganz auskühlen lassen, dann herauslösen – und genießen!

Ich hoffe, mein Lieblings-Apfelkuchen wird euch genauso gut schmecken wie mir und freue mich auf eure Meinungen!

Habt eine genussvolle Zeit in der Küche!

Eure Judith



Rustikale Apfel- Birnen- Tarte nach Linzer Art



Den
Teig der [Linzer Torte](#) vom vorherigen Eintrag habe ich nicht
nur aus dem Grund schlicht gehalten, weil ich sie nicht so

weihnachtlich haben wollte mit vielen Gewürzen, sondern auch, weil ich mit der doppelten Menge Teig noch eine Apfel- Birnen- Tarte machen wollte.

Auf den Mandelteig kamen dafür geriebene Äpfel und Birnen, verfeinert mit Vanillezucker, Zitronenschale und –saft sowie ein paar übrig gebliebene Rosinen, fein gehackt.

Das Ergebnis war ein frischer, leichter Kuchen, der ein wenig Einstimmung auf den Frühling schafft und mit seinen Zutaten auch noch (eingebildet) relativ gesund ist. ;D

Schnell gemacht ist er außerdem, denn der Teig muss nicht unbedingt kühlen und der Obstbelag ist schnell erledigt.

Teig:

300 g gemahlene Mandeln
200 g (Vollkorndinkel) Mehl
100 g Zucker
1 EL Vanille- Essenz
2 Eier
200 g kalte Butter (in Würfeln) ODER Margarine
1 Prise Salz

Füllung:

2 große Äpfel
2 große Birnen
1 handvoll Rosinen, gehackt
1 Tütchen Vanillezucker
1 EL Zitronensaft oder Orangensaft
abgeriebene Schale einer Zitrone oder Orange

Alle Zutaten zusammen in einer Schüssel zu einem glatten Teig kneten.

Wenn man die Zeit hat: 30 Minuten kühl stellen.

Die Äpfel und Birnen grob reiben, wenn sie keine Makel haben, gerne auch mit Schale.

Die Rosinen hacken, die Zitruschale abreiben und den Saft auspressen.

Mit dem Vanillezucker zum Obst geben und alles gut verrühren.

2/3 des Teiges in die Form (Ø ~ 26 cm) drücken, einen kleinen

Rand hochziehen. Die Füllung darauf verteilen und aus dem restlichen Drittel Teig dünne Stränge rollen und sie sternförmig auf den Kuchen legen.

Im vorgeheizten Ofen bei Umluft und 160 °C etwa 45 Minuten backen, aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

Vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.[nurkochen]



Wir fanden den Kuchen sehr lecker und leicht, da er nicht so süß ist, dafür aber frisch- fruchtig, und trotzdem den Hunger nach Kuchen stillt, wenn man nachmittags nicht nur mit Kaffee oder Tee da sitzen möchte. =)

Ich hoffe, ihr habt Lust, ihn nachzubacken, ihn vielleicht auch mit anderem Obst zu variieren und dass er euch genauso gut schmeckt!

Habt eine genussvolle Zeit – ob mit oder ohne Kuchen!

Eure Judith

