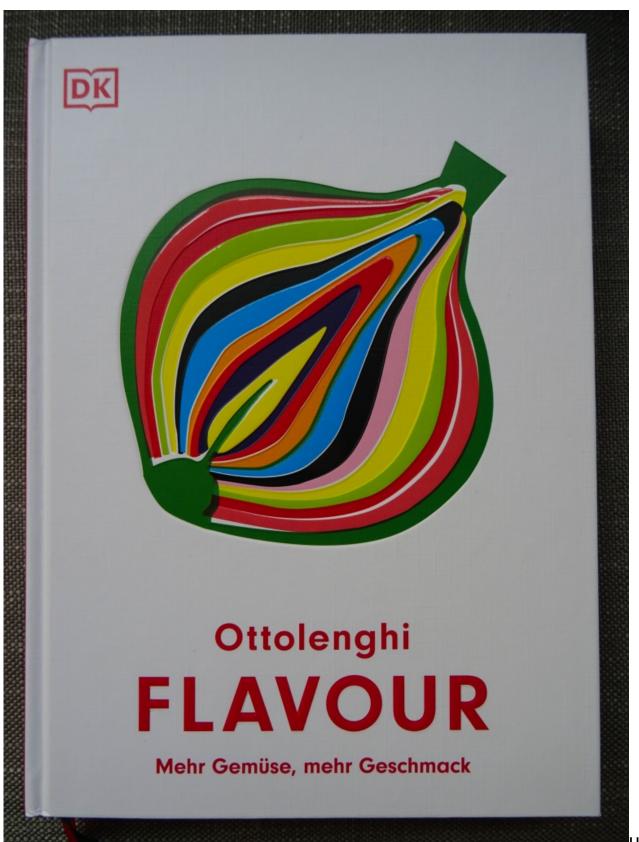
<u>Buchvorstellung: "Flavour"</u> <u>von Yotam Ottolenghi</u>



Heute

wird es aromatisch! Das neue Buch "Flavour" von Ottolenghi beschäftigt sich intensiv mit Aromen und enthält fantastische vegetarische Rezepte, bei denen selbst überzeugte Karnivoren nichts vermissen sollten.

INHALT		
EINFÜHRUNG	6	
20 ZUTATEN FÜR MEHR GESCHMACK	16	
DDO75555	22	
PROZESSE	22	
Rösten	37	
Bräunen Zich and anna	50 76	
Ziehenlassen	76 93	
Reifung	93	
PARTNER	116	
Süße	131	
Fett	151	
Säure	171	
Chilischärfe	196	
Crimiscrione	170	
PRODUKTE	212	
Pilze	227	
Zwiebeln und Knoblauch	242	
Nüsse und Samen	260	
Zucker: Früchte und Alkohol	278	
GESCHMACKSBOMBEN	297	
MENÜVORSCHLÄGE FÜR ALLTAG UND FESTE	300	
REGISTER	308	
DANK	316	

t

Der Autor schreibt im Vorwort, dass er vermitteln möchte, "was ein Gemüse auszeichnet und wie man seinen Geschmack intensivieren kann, um es in ein vollkommen neues Licht zu rücken".

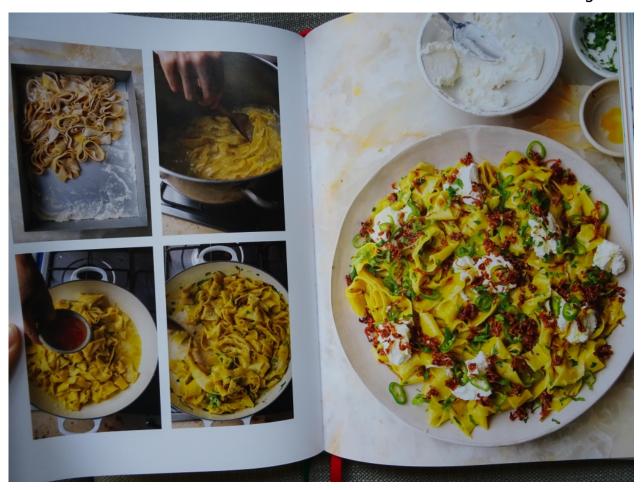
Dafür sind 3 Elemente entscheidend, nach denen sich das Buch gliedert: **Prozesse** (wie Rösten, Reifen, Karamellisieren,...), **Partner** (Kombination mit anderen Produkten und somit Aromen) und **Produkte** (Zutaten, die bereits viel Eigenaroma mitbringen und ein Gericht alleine tragen können).

Die 3 Kapitel sind noch mal untergliedert in Zubereitungsarten wie "Rösten", "Reifung", in Geschmacksrichtungen wie "Süße", "Schärfe", oder in Produkte wie "Pilze" oder "Nüsse und Samen".



Kostprobe?

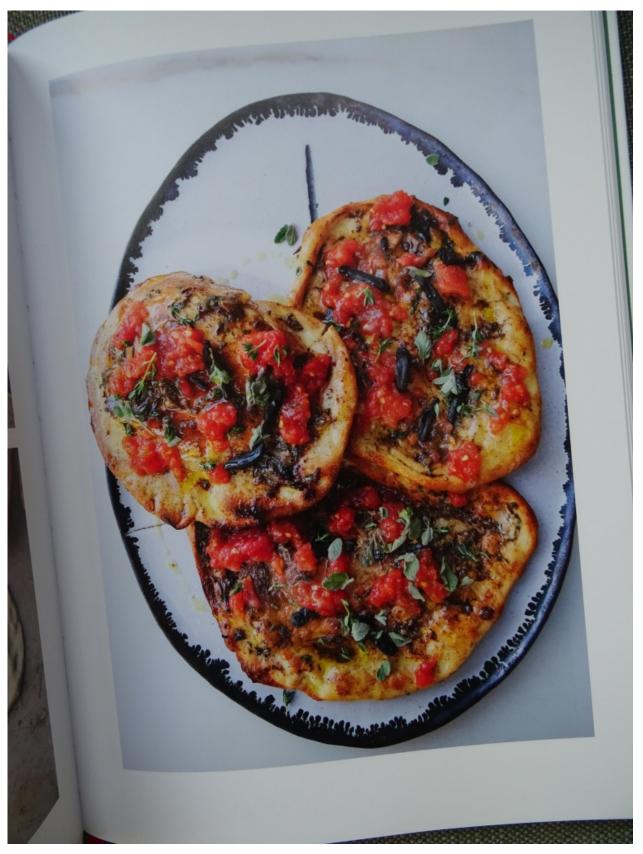
Bei diesem Buch kann ich mich gar nicht entscheiden, was köstlicher klingt. "Auberginenklösschen alla parmigiana"? Oder "In Chilibutter gerösteter Blumenkohl"? Spannend klingt auch der "Gersteneintopf mit Tomaten und Brunnenkresse", auf den im Ofen geröstete Kohlrabi gelegt werden. Und auf jeden Fall nachkochen werde ich das "Korma mit Tofuklösschen"! Das Tofu ist schon gekauft.



Die Rezepte sind übersichtlich beschrieben und appetitlich bebildert. Mir läuft beim Blättern wirklich das Wasser im Mund zusammen. Zum Teil sind die Zubereitungsarten für mich recht neu und man lernt mit Sicherheit viel dazu, was die Zubereitung von Gemüse angeht und kann sein eigenes Repertoire erweitern.

Schon oft stand ich in Buchläden vor Büchern von Ottolenghi und staunte über die fantasievollen und farbenfrohen Kreationen. Leider enthielt meine Sammlung bisher kein Kochbuch des israelischen Meisters in Sachen Gemüseküche.

Ich bin sehr froh, dass sich das mit "Flavour" nun geändert hat und werde sicher noch viele Gerichte aus diesem Buch ausprobieren! Für mich ist das Buch eine echte Bereicherung in meiner Sammlung!



Habt ihr Appetit bekommen? Oder sind euch liebe Menschen eingefallen, denen das Buch gefallen könnte? Rezepte aus diesem Buch gemeinsam kochen – vor allem in der kalten, dunklen Winterzeit – wäre sicher ganz nach Ottolenghis Sinn. Habt eine genussvolle Weihnachtszeit! Eure Judith

Yotam Ottolenghi, Ixta Belfrage
Flavour. Mehr Gemüse, mehr Geschmack
DK Verlag
29,95 Euro
Gebunden
ISBN 978-3-8310-4086-5

Buchvorstellungen:
"Zuckerfrei. Meine
Weihnachtsbäckerei" &
"Einfach Weihnachtsrezepte
VEGGIE"





Nun ist es wirklich Winter geworden. Morgens ist die Welt weiß bereift und man muss sich ganz schön warm einpacken.

Weihnachten rückt mit großen Schritten näher und viele von euch machen sich sicher schon eine Weile Gedanken, welche Plätzchen sie backen wollen und was sie ihren Lieben schenken könnten.

Falls ihr nicht wie wir eine feste Essensroutine für Weihnachten habt, gibt es sicher auch noch das Weihnachtsmenü zu planen.

Und da kommen zwei Bücher genau richtig, die ich euch heute

vorstellen möchte! Beide sind vom EMF Verlag. Das erste enthält lauter Plätzchenrezepte ohne raffinierten Zucker, das zweite tolle vegetarische Rezepte für die Festtage.

"Zuckerfrei. Meine Weihnachtsbäckerei"

Inhalt

Das Buch beginnt mit einer kleinen Einführung, warum man sich auch mal über zuckerfreie Varianten oder alternative Süßungsmittel Gedanken machen sollte und stellt diese im Folgenden vor.

Da sind zum Beispiel Birkenzucker, Kokosblütenzucker, Stevia und Erythrit. Nach einer kleinen Gewürzkunde, ein paar Backtipps und einigen Worten zu nützlichen Küchenhelfern folgen die Rezepte, die in 4 Kapitel aufgeteilt sind:

"Plätzchen und Kekse", "Süße Kleinigkeiten", "Kuchen & Co" und



"Desserts"



Kostprobe?

Ganz klassische Zimtsterne gibt es natürlich, spannend neu

klingt die Tonka-Keksrolle mit Kakaonibs, oder auch die Pistazienmakronen mit hübscher grüner Farbe. Raffiniert: Pralinen aus Kidneybohnen mit Kakao und Zimt. Und falls ihr Desserts für die Weihnachtstage sucht: Eine saftige Mandeltarte oder ein Orangentiramisu klingen doch klasse,



oder?

Zu jedem Rezept gibt es ein Bild und wie immer beim EMF Verlag sind die Fotos echte Hingucker.

Schade finde ich, dass man keinerlei persönliche Info findet, wer hinter dem Buch steckt, also wer die Rezepte erfunden oder zusammengestellt hat. Ansonsten mag ich meine neue "Weihnachtsbäckerei" aber sehr gerne und bin sicher, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Hier findet ihr also nicht nur tolle Rezepte ohne raffinierten Zucker, mit denen man mal was Neues und auch Gesünderes ausprobieren kann, sondern man kann vielleicht auch grundsätzlich sein Repertoire an Zutaten erweitern.

"Einfach Weihnachtsrezepte VEGGIE" von Rose Marie Donhauser

Das Büchlein verspricht nicht nur vegetarische Festtagsküche mit 2-6 Zutaten, sondern mehr: "Festlich ohne Fleisch und Fisch zu speisen ist nicht nur eine Lebenseinstellung, sondern bietet generell gesunde Aussichten – über Weihnachten hinaus. Die grüne Weihnachtsküche ist eine Winterküche mit viel Abwechslung und gleichzeitig eine wärmende Wohlfühlküche für

alle." schreibt die Autorin im Vorwort.

Inhalt

Nach ein paar Grundlagen gibt es in 3 Kapiteln "Vorspeisen & Beilagen", "Hauptgerichte" und "Desserts". Jedes Rezept ist auf einer Doppelseite präsentiert und bebildert. Die Rezepte sind sehr übersichtlich beschrieben und die einzelnen Zutaten im Fließtext noch einmal fett hervorgehoben. Auch nett: die Hauptzutaten sind in Form kleiner Bilder neben dem Text aufgelistet.



Kostprobe?

Klassisch sind der "Caesar Salat", der "Feldsalat mit Walnüssen" oder die "Käsespätzle", ausgefallener die "Wirsingpäckchen mit Feta", die "Bagna Cauda" aus dem Piemont oder das "Graupengemüse mit Räuchertofu". Zum Dessert ein "Parfait mit Zimt"? Wer sagt da nein.



Nach dem Register findet man eine Kurzbio mit Foto über die Autorin und daneben das gleiche für die Fotografin — einigen sicher ein Begriff: Sabrina Sue Daniels, ebenfalls Bloggerin und Fotografin. Ihre Fotos und die Rezepte von Rose Marie

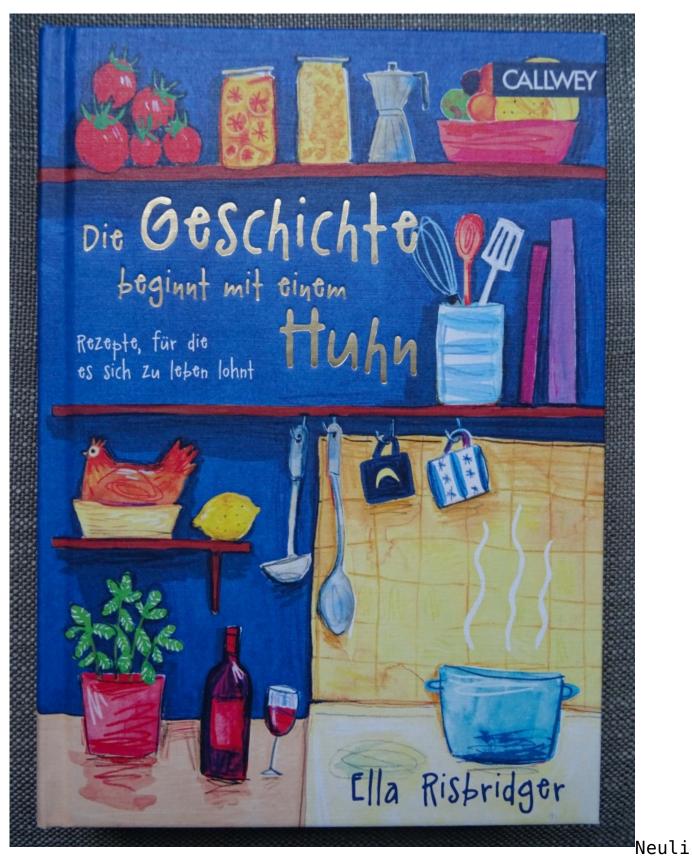


machen auf jeden Fall Appetit.

Wer sich inspirieren lassen möchte, wie man vegetarisch und lecker Weihnachten feiern kann, der findet in diesem Buch schöne erste Ideen. Viele Rezepte eignen sich wirklich für jeden Tag und wärmen in der kalten Zeit Leib und Seele.

Ich hoffe, die Bücher gefallen euch und vielleicht wisst ihr ja auch jemanden, dem ihr sie dieses Jahr fürs nächste Weihnachten schenken könnt.

Habt eine genussvolle Woche und macht es euch gemütlich! Eure Judith Buchrezension: "Die Geschichte beginnt mit einem Huhn" von Ella Risbridger



ch flatterte ein neues Buch ins Haus. Den Titel hatte ich schon in den Netzwerken gesehen. Aber als ich das vermeintliche Kochbuch aufschlug, war ich überrascht. Denn ein Kochbuch im eigentlichen Sinn ist es gar nicht! Sondern eher ein Lesebuch mit Rezepten. Und zwar ein ganz besonderes, wie ich finde.

Die Autorin Ella Risbridger schreibt in ihrem Buch über Gerichte, für die es sich zu leben lohnt — und die ihr das Leben gerettet haben, als sie buchstäblich am Boden lag und nicht wusste, ob sie jemals wieder aufstehen würde. Der Gedanke an ein gebratenes Huhn war es, der ihr neuen Lebensmut gab. Und so kochte sie sich nach diesem Tiefpunkt zurück ins Leben.



Das

absolut unkonventionelle Lese-Koch-Buch wurde von Elisa Cunningham zauberhaft illustriert. Die kleinen und großen farbenfrohen Bilder haben ihren ganz eigenen Charme und lockern das ansonsten nur aus Text bestehende Buch auf.

Die Rezepte sind außergewöhnlich und lesen sich so, als würde man seiner besten Freundin ganz ausführlich die Zubereitung erzählen. Die Gerichte stammen alle aus dem persönlichen Alltagsrepertoire der Autorin und haben individuelle Namen ("Eheglück-Wurstpasta", "Muss-weg-Minestrone"), die zeigen, was sie mit diesen Gerichten verbindet oder woher sie sie kennt ("Carbonara für Caroline").



Genauso persönlich erzählt sie bei jedem Gericht, was es für sie bedeutet und welche Geschichte dahinter steckt und spricht dabei den Leser direkt an, gibt Tipps, weist auf Schwierigkeiten hin oder empfiehlt "Trink ein Glas Wein" als kurze Pause bei der Zubereitung.

In der Küche	15
Frühstück	31
Suppe & Brot	65
Picknicks & Pack-ups	95
Vorratsschrankgerichte & Mitternachtsgelage	137
Wochenendküche	179
Süße Sachen	245
Brühe gut, alles gut	278
Danksagung	280
Bibliografie	283
Register	284

Inhal

t

Das Buch gliedert sich in 7 + 4 Teile. Die ersten 7 Kapitel enthalten eine Einleitung über Küchenwerkzeuge und Vorräte und dann unter anderem Rezepte für "Frühstück", "Picknicks & Packups", "Wochenendküche" oder "Süße Sachen". Zum Schluss kommen das Basisrezept für gute Brühe, Danksagung, Bibliografie und

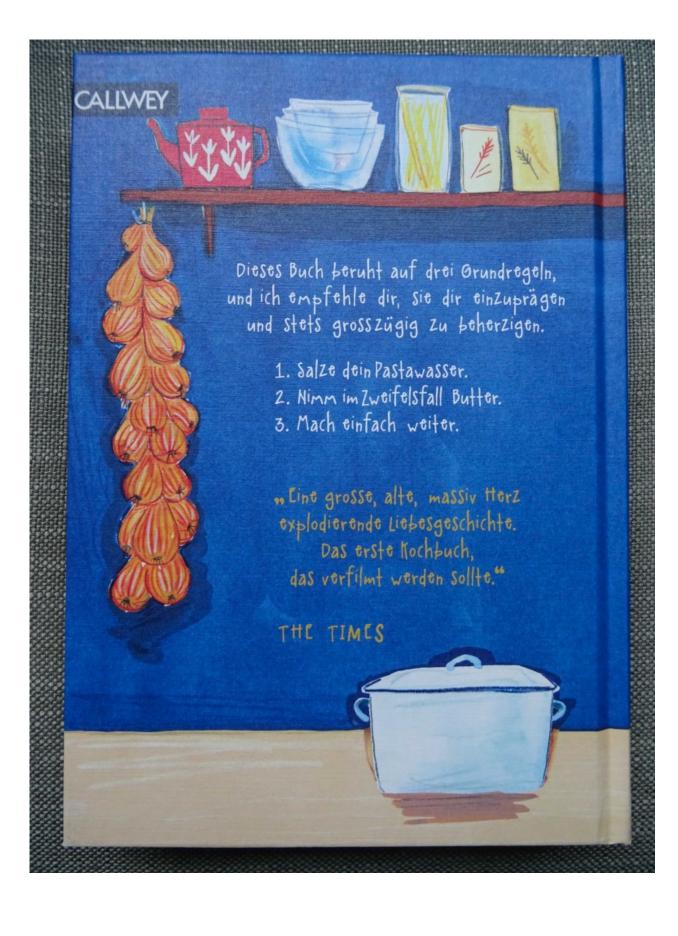
Register.

Die Rezepte sind bunt gemischt und sicherlich ist für jeden Anlass etwas dabei. Köstlich klingt das "(Nicht ganz) Chao Xa Ga", eine asiatische Gemüse-Reis-Suppe mit Kokosmilch, oder auch der "Ziegenkäse im Blätterteig mit Salsa".

Ich kann das Buch immer mal wieder in die Hand nehmen und darin stöbern. Die Geschichten und Beschreibungen verströmen Lebensfreude und Genuss und machen Lust, sich selbst in die Küche zu stellen und sich Frust, Stress oder Trauer von der Seele zu kochen. Beim Lesen lächelt man, lacht man, runzelt man die Stirn – und fühlt sich verstanden, aufgehoben und inspiriert, Gerichte zuzubereiten, für die es sich zu leben lohnt.

Ich wünsche euch eine genussvolle Restwoche!

Eure Judith



Buchvorstellung: "Bananenbrot - Back dich glücklich" (Callwey)

Nach einer arbeitsbedingten Pause — mal wieder, ich weiß, aber dieses aktuelle Buchprojekt absorbiert mich zurzeit — möchte ich euch endlich mal noch eine Neuerscheinung auf dem Buchmarkt vorstellen, zu der ich sogar ein Rezept beigesteuert habe: "Bananenbrot — Back dich glücklich".



Das Buch enthält eine Sammlung von 50 Bananenbrotrezepten verschiedener Blogger. Viele Namen waren mir bekannt, manche habe ich durch das Buch neu entdeckt. Alle haben fantastische Varianten des Bananen-Klassikers erfunden.



Inhal

t

Nach einem Vorwort von Cynthia Barcomi zur Geschichte des Bananenbrots gliedert sich das Buch in 3 Kapitel:

Bananenbrot – der Klassiker: hier findet man klassische Rezepte mit einer besonderen Zutat wie Nüssen, Schokolade, Blaubeeren oder auch eine glutenfreie Variante

Bananenbrot für jeden Anlass: Was immer man an Zutaten da hat, sicher findet man ein Rezept, das man damit ausprobieren kann, zum Beispiel "Peanutbutter Banana Bread", "Bananen-Roggen-Brot mit Feige" oder "Bananenbrot mit Karotten und Haselnüssen"

Bananenbrot…mal anders: Hier wird es richtig kreativ, beispielsweise mit "Banana Bread Biscotti", "Bananen-Donuts mit Schokoglasur" oder sogar "Bananenbrot mit Schinken, Käse und Röstzwiebeln".

Jedes Rezept kommt auf einer Doppelseite daher. Eine Seite macht mit einem appetitanregenden Foto Lust auf Bananenbrot, auf der anderen Seite steht das Rezept, oft mit einem zusätzlichen Tipp. Dazu sieht man auf einen Blick, ob das Rezept z.B. vegan ist oder wenige Zutaten enthält.

Neben dem Titel findet man die Erfinderin bzw. den Erfinder des Bananenbrots samt Blogadresse und Instagram-Namen.



Ich finde das Buch großartig. Beim Blättern entdeckt man so viele schöne Rezepte, die man unbedingt mal ausprobieren sollte und natürlich freue ich mich sehr, auf Seite 60 mein "Bananenbrot mit Vollkorn und Ahornsirup" zu finden, das ich vor gar nicht allzu langer Zeit mit überreifen Bananen von



Bananenbrot geht doch immer, oder? Schnell und unkompliziert gebacken, ist es ein wahrer Seelentröster, oder wie Cynthia Barcomi schreibt: "...ein Pflaster, eine Friedenspfeife und ein Aphrodisiakum in einem — Bananenbrot kann Ihr Leben verändern".

Ich kann das Buch allen Naschkatzen also nur wärmstens ans Herz legen und hoffe, ihr habt genauso viel Freude daran wie wir beim Erfinden und Backen der Rezepte und wie das Team von Callwey beim Zusammenstellen des Buchs.

Habt eine genussvolle Restwoche, trotzt dem neblig-grauen November und backt euch zur Not einfach glücklich! Eure Judith

"Bananenbrot - Back dich glücklich"

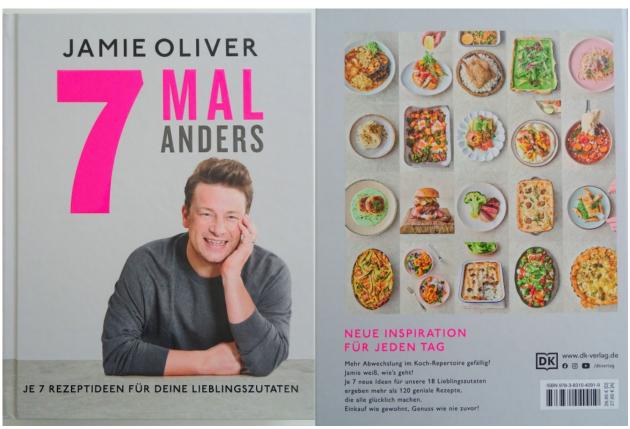
Callwey Verlag

Gebunden

ISBN: 978-3-7667-2511-0

** Herzensempfehlung ** Werbung ohne Auftrag **

<u>Buchvorstellung: "7 mal</u> anders" von Jamie Oliver (DK)



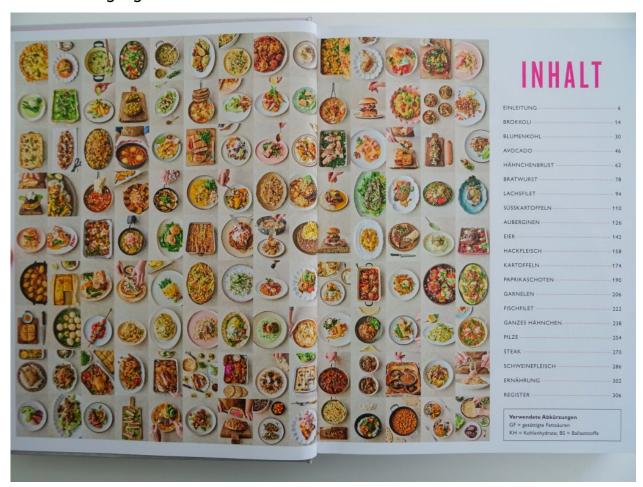
mal anders. Je 7 Rezeptideen für deine Lieblingszutaten" von Jamie Oliver (DK) ist wie üblich voller praktischer und köstlicher Rezepte! Die Neuerscheinung ist nun das dritte Buch des britischen Starkochs in meiner Sammlung und nach wie vor finde ich seine Ideen inspirierend.

Jamie Oliver knüpft hier an seine vielgeliebte "5-Minuten-

,, 7

Küche" an und hat mehr als 120 Rezepte mit wenigen Zutaten entwickelt, die als Grundzutaten das beinhalten, was wir statistisch jede Woche einkaufen.

Statt damit immer wieder das gleiche zu kochen, finden wir in diesem Buch neue Ideen und vielleicht ja auch viele neue Lieblingsgerichte.



Inhalt:

Nach einer kurzen Einleitung, in der das Konzept des Buchs erklärt wird, folgen 20 Kapitel, davon drehen sich 18 Kapitel um die Grundzutaten und die jeweils 7 Rezepte dazu. Darunter sind zum Beispiel "Avocado", "Lachsfilet", Hackfleisch", Paprikaschoten" und "Steak".

Zu jedem Rezept gibt es ein Foto und neben jeder Anleitung sind die Zutaten übersichtlich abgebildet, was ich eine klasse Idee finde. Unter dem Rezept findet man Nährtwertangaben.



Kostprobe?

Die absolute Sünde ist das "Avocado-Tempura" — wie himmlisch klingt das bitte?! Oder "Schnelle Wurstpizza" mit Rosmarin, Trauben, Zwiebeln und Pinienkernen. Das "scharf-süße Rindfleisch" mit Reisnudeln und Erdnüssen klingt ebenfalls köstlich und die "Sizilianische Fischpasta" mit Knoblauch, Kapern, Oliven und Zitrone verspricht eine Aromenexplosion.



Insgesamt finde ich das Buch sehr ansprechend. Es ist übersichtlich gestaltet, die Rezepte sind vielseitig und für jeden Tag und Anlass ist etwas dabei.

Man sollte allerdings kein Vegetarier oder gar Veganer sein – dann ist das Buch definitiv nicht zu empfehlen, denn die meisten Rezepte sind mit Fleisch oder Fisch, aber auf jeden Fall mit tierischen Produkten.

Wer für alles offen is(s)t, der wird in diesem Buch auf jeden Fall =)



Ich wünsche euch viel Spaß beim Schmökern und Nachkochen! Habt eine genussvolle Restwoche! Eure Judith



Jamie Oliver

"7 Mal anders. Je 7 Rezeptideen für deine Lieblingszutaten" ISBN 978-3-8310-4091-9 Fester Einband 26,95 Euro