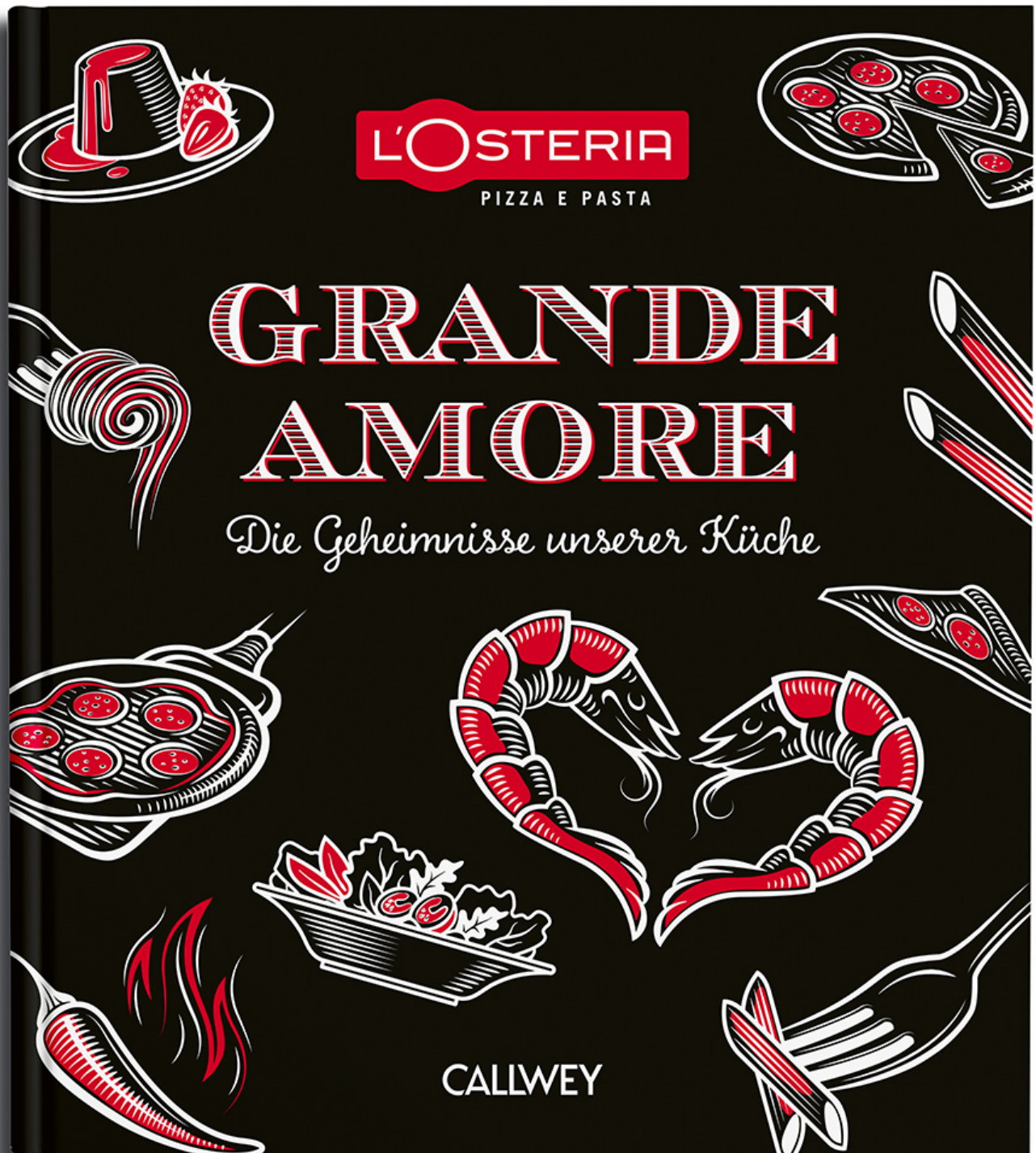


Buchvorstellung: L'Osteria Grande Amore



Heute gibt es wieder Lesefutter! Und dazu muss ich ein Geständnis machen: Bis vor kurzem hatte ich noch nie von

L'Osteria gehört. Keine Ahnung, wie das passieren konnte, so italienbegeistert, wie ich bin.

Witzigerweise erwähnte ein Kollege von mir, dass er an diesem Buch mitarbeitet und kurz darauf eröffnete die erste L'Osteria in meiner Stadt. Da musste ich sie natürlich direkt testen und ging mit zwei Freunden dort essen. Ich muss sagen, dass ich bei großen Restaurantketten grundsätzlich skeptischer bin als bei anderen Restaurants. Aber ich wurde positiv überrascht – nicht nur von der Größe der Pizza. Besonders gut fand ich, dass man seine Pizza halb/halb belegen lassen kann. So fällt die Wahl zwischen all den Belägen nicht ganz so qualvoll aus.

Da wollte ich natürlich mehr über das Unternehmen L'Osteria erfahren, das aktuell 25. Jubiläum feiert, und durfte netterweise vor der heutigen Veröffentlichung schon mal durchs Buch blättern. Schauen wir mal rein:



Über L'Osteria

Die erste L'Osteria eröffnete im Jahr 1999 in Nürnberg. Sie wurde schnell zum Geheimtipp. Das Konzept des „netten Italieners von nebenan“ der Gründer Friedemann Findeis und Klaus Rader ging auf und wurde schnell zur Erfolgsgeschichte. Bald gab es Lokale in ganz Deutschland, schließlich wurde 2011 in Österreich das erste Mal Auslandsluft geschnuppert. Mit der Schweiz, England, Tschechien, den Niederlanden, Frankreich, Luxemburg und Polen kamen sieben weitere europäische Länder hinzu. Aktuell ist L'Osteria an über 180 Standorten in neun Ländern vertreten.

 INHALT <i>La mia pizza, la mia pasta, la mia passione.</i> 	
EINLEITUNG	
Vorwort Holger Stromberg erzählt	06
Dinnergespräch Ein Get-together der Gründer	10
INSALATA, ANTIPASTI & CO.	
Antipasti Bunt, sinnlich, lecker!	30
Rezepte Gegrillter Radicchio Focaccia Insalata Primavera Insalata Asparagi Insalata Supernova Burrata	32 34 36 38 40
Goldene Regeln beim Kauf eines Olivenöls	44
Rezepte Insalata Funghi alla Griglia Caprese Verdure e Frutti Insalata di Fafafoto Insalata Pollo & Avocado Mozzarella di Verduce	46 48 50 52 54
Der blaue Salzstreuer Ein echtes Stück Italien	56
PASTA & CO.	
Pasta Must-know	60
Rezepte Orecchiette di Manzo al Rucola Gnocchi in Weinbrandsauce mit Gamelen Gemischtauglie Linguine al Limone Zoodles mit Walnusspesto und Burrata	64 66 68 70 72
Was macht einen richtig guten Parmesan aus? Tipps & Tricks für den nächsten Einkauf	76
Rezepte Maccheroncini all'Amatriciana Gnocchi Erbe Fini (con Polio) Pappardelle Noci e Rucola Strozzapreti Polio e Paprika Spaghetti Asparagi con Salsiccia Fresca	78 80 82 84 86
5 Geheimnisse einer richtig guten Pasta	88
Rezepte Spaghetti Pesto Aglio Orsino Spaghetti Arlecchino Ravioli Primavera Tagliolini neri Delizia Risotto Milanese	90 92 94 96 98
„Pastificio No. 12“: aus Liebe zur Pasta Warum L'Osteria sich entschlossen hat, in der eigenen Pastamanufaktur zu produzieren	100

 INHALT <i>La mia pizza, la mia pasta, la mia passione.</i> 	
PIZZA	
Pizza Must-know	104
Rezepte Pizza Gallinacci Pizza con Zucca Pizza Erbacce Pizza Cip & Cip Pizza Salmone	106 108 110 112 114
5 italienische Filme, die garantiert zu Pizza passen (oder den Appetit wecken)	118
Rezepte Pizza Il Vecchietto Pizza Worldchanger Pizza SVL Italia 04 Pizza Bresaola Pizza Asparagi	120 122 124 126 128
5 verschiedene Pizza-Arten, die jeder kennen muss Romana, Napoletana, al Taglio, US-Style, Pina	130
Rezepte Pizza Salsiccia Fresca Pizza Sogno del Melone Pizza Mirtillo Formaggio Feta Pizza Mortadella Pizza Bò (Calzone)	132 134 136 138 140
Grande Amore Wenn „La Famiglia“ zu einem echten Gefühl wird	142
DOLCE	
Schokolade, Nuss und Karamell L'Osteria setzt auf Kaffee aus der eigenen Rösterei	146
Rezepte Mascarpone-Creme Tiramisù Tiramisù Fragole e Baileys Tiramisù di Natale Panna Cotta Espresso	148 150 152 154 156
Die perfekte italienische Playlist Für den richtigen Schwung beim Kochen und Essen	158
APERITIVI	
Saluti, Amici! Dieser wundervolle Aperitivo-Moment!	162
Rezepte Campari Spritz Aperol Spritz Negroni Sarti Spritz Ordino Spritz	164 166 168 170 172
Die 10 schönsten Urlaubsorte in Italien Mit persönlichen Favoriten des L'Osteria-Teams	174
Gastgeber „Mach deinen Gast zum Superstar!“	176
Das Friedemann-Licht Kleine Kerze, große Bestuhlung	178

Inhalt

Das Buch gliedert sich in 5 Kapitel plus Einleitung sowie „Facts und Mythen“ und „Insiderwissen – Warenkunde“ am Ende.

Neben Rezepten gibt es in jedem Kapitel „Must-knows“, „Goldene Regeln“ oder „5 Geheimnisse“ zu bestimmten Gerichten oder Zutaten. Aufgelockert wird das Buch außerdem durch Unternehmensgeschichte(n), Filmtipps zum Pizzaabend oder der „perfekten italienischen Playlist“ fürs Nachkochen und Genießen.



Zu Beginn gewinnt man Einblicke in die Entwicklung von L'Osteria, die Philosophie dahinter sowie das, was die Gründer antreibt.

Unter den Rezepten sind italienische Klassiker, die jeder kennt, wie „all'Amatriciana“ oder „Risotto milanese“, aber auch ungewöhnlichere Kreationen wie „Pizza mirtillo formaggio feta“ mit Heidelbeeren oder „Gegrillter Radicchio“ als Vorspeise.



GEGRILLTER RADICCHIO

4 Köpfe Radicchio, 100 ml Aceto Balsamico, 250 ml trockener Weißwein,
2 unbehandelte Amalfi-Zitronen, 50 ml Olivenöl, 1 TL Salz

FÜR 4 PERSONEN
ZUBEREITUNGSZEIT: 20 MINUTEN



ZUBEREITUNG

Vom Radicchio die äußeren Blätter entfernen. Die Köpfe waschen und längs vierteln oder sechsteln, den Strunk nicht herausschneiden. Aceto Balsamico, 500 ml Wasser, Wein und Salz in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Die Radicchio-Köpfe in den Topf geben und zugedeckt für ca. 5 Min. kochen lassen. Anschließend herausnehmen und abtropfen lassen. Den Grill bereits vorheizen.

Die Zitronen gut abwaschen und halbieren. Zitronen und Radicchio in eine erhöhte Grillform geben und mit Olivenöl bepinseln. Auf dem Grill erhitzen, bis eine schöne Bräune entstanden ist. Mit frittierten Salbeiblättern garniert servieren.

Kostprobe?

Alle Gerichte sehen wirklich lecker aus! Ich könnte mich ohne Probleme einmal durchs Buch füttern. Besonders reizvoll fände ich „Caprese verdure e frutti“ mit gegrilltem Gemüse, Büffelmozzarella, Trauben und Granatapfelkernen, die „Linguine al limone“ mit Amalfizitronen oder „Spaghetti asparagi“ mit grünem Spargel und frischer Salsiccia. Die weiße „Pizza con zucca (Kürbis)“ mit Apfel und Rosmarin sieht auch sehr lecker aus, oder die „Pizza salmone“ mit Lachs.

Naschkatzen runden den Festschmaus mit einer „Panna cotta espresso“ ab oder mit einer der drei Varianten von Tiramisù.



Mir gefällt das Buch richtig gut. Die Bilder machen großen Appetit, Seiten wie „Schon gewusst?“ sind unterhaltsam und insgesamt macht das Schmökern in L’Osteria einfach Spaß. Ich werde sicher auch etwas daraus nachkochen. Die „Linguine al limone“ habe ich schon fest im Blick!

Man spürt die Begeisterung für italienische Küche und Fans von Pasta und Pizza werden sicher Freude daran haben.



Ich wünsche euch viel Freude beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

L'Osteria (Hrsg.), Diana Binder

[L'Osteria Grande Amore](#)

Die Geheimnisse unserer Küche

Gebunden, € 39,95

ISBN: 978-3-7667-2743-5

Buchvorstellung: „Da hast du den Salat“ von Emily Ezekiel



Zeit für Lesefutter! Heute gibt es das perfekte Sommer-Kochbuch – wobei die Küche auch öfter mal kalt bleibt, denn es dreht sich alles um Salate.

Als Kind mochte ich keinen Salat (meine armen Eltern!), aber mittlerweile bin ich ein wahres Salatmonster – Salat in allen möglichen Varianten geht einfach immer!

Umso mehr habe ich mich gefreut, an der deutschen Ausgabe dieses tollen Buchs mitwirken zu können. Das Buch „[Da hast du den Salat](#)“ erschien vor ein, zwei Wochen im Callwey Verlag und enthält „köstliche Rezepte für jeden Tag“. Ich finde, es ist wunderschön geworden – und macht großen Appetit, zumal etwas Leichtes, Gesundes an heißen Sommertagen perfekt ist.

Aber schauen wir mal ins Buch...

Inhalt

..

Grundlagen & Ausstattung 6

Frühling 11

.... Frühlingssalat zum Teilen **33**

.... Salat im Glas **46**

Sommer 55

.... Sommersalat zum Teilen **73**

.... Salat im Glas **92**

Herbst 103

.... Salat im Glas **132**

.... Herbstsalat zum Teilen **135**

Winter 147

.... Wintersalat zum Teilen **163**

.... Salat im Glas **176**

Dressings, Eingelegtes, Toppings & Öle 185

Register 204

Die Gliederung richtet sich nach den vier Jahreszeiten.

Nach einigen Worten zu Basisvorräten, Küchenausstattung und Lagerung von Obst und Gemüse folgen bunte, kreative Salate für den Frühling, Sommer, Herbst und Winter, jeweils mit saisonalen Zutaten für maximale Frische und Nachhaltigkeit.



Zum Schluss gibt es noch ein Kapitel mit Basis-Rezepten wie Dressings, Ölen, Eingelegtem und Toppings.



Jedes Salat-Rezept nimmt eine Doppelseite ein und ist sehr schön bebildert. Die Anleitungen sind übersichtlich, sogar Vorbereitungs- und Kochzeit sind angegeben. Oft gibt es Tipps, wie man das Rezept veganisieren kann. Oder man erfährt, wie man Reste am besten aufbewahrt.

Thematisch ist für jeden etwas dabei: Ob Fisch, Fleisch, vegetarisch oder eben vegan – jeder dürfte fündig werden. Sogar süße Salate mit Früchten sind vorhanden oder Salate für größere Runden, wenn man Gäste oder eine große Familie hat.

Manche Rezepte sind recht „exotisch“ mit Gewürzen aus der Levante oder asiatischem Touch, manche sehr „europäisch“ mit Zutaten, die alle regional erhältlich sein dürften.



Kostprobe?

Lecker und leicht (und toll als Resteverwertung) klingt der „Smashed Cucumber-Salat“ mit Gurke, Reis, Sprossen und Chili-Öl. Sommerlaune kommt sicher auch beim „Melonen-Prosciutto-Salat mit Pangrattato & Zitrus-Dressing“ auf.

Köstlich finde ich auch die Aromen-Mischung des „Birnen-Chicorée-Salats mit Gorgonzola, Haselnüssen & Chili-Dressing“ oder des „Zitronigen Grünkohl-Thunfisch-Salats mit Ei & Pecorino“.



Ich hoffe, ihr habt jetzt Appetit bekommen! Ich werde sicher einige Rezepte aus diesem Buch ausprobieren. Sicherlich wird es in meiner Sammlung zu einem meiner Favoriten werden.

Euch viel Spaß beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

Emily Ezekiel:

„Da hast du den Salat. Köstliche Rezepte für jeden Tag“

Callwey Verlag

Gebunden, 22 Euro

ISBN: 978-3-7667-2730-5

**Buchvorstellung: „Das
Gemüseboxenkochbuch“ von
Stefanie Hiekmann**



Stefanie Hiekmann

DAS GEMÜSE KISTEN KOCHBUCH

Saisonal kochen
das ganze Jahr

100
REZEPTE

Über 300 Varianten

Heute gibt es mal wieder Lesefutter und zwar ein wirklich tolles! „Das Gemüsekistenkochbuch“ von Stefanie Hiekmann,

kürzlich erschienen im DK Verlag, begleitet die Leser durch die Jahreszeiten und bietet saisonale 100 Rezepte mit allem, was jeweils gerade Saison hat. Zudem gibt es unter den Rezepten die Rubrik „Tausch mal“, mit Vorschlägen, wie man die Rezepte mit anderen Zutaten abwandeln kann.



Hier in Freiburg gibt es einige sogenannte SoLaWis, solidarische Landwirtschaften. Mit einem festen Monatsbeitrag wird man Teil einer SoLaWi und unterstützt damit die Landwirte, die sehr viel sicherer planen und arbeiten können und feste Abnehmer ihrer Produkte haben. Umgekehrt haben alle Teilnehmer immer saisonale Produkte aus der Region, mit kurzen Wegen, biologisch angebaut und absolut frisch.

Alternativ gibt es auch Gemüsekistenabos diverser Produzenten, die jede Woche nach Hause geliefert werden. Solche Kisten hat dieses Buch zum Thema – aber ich finde das Buch für jeden Klasse, der saisonal kochen möchte, ob selbst gekauft, aus der Gemüsekiste oder bei der SoLaWi abgeholt!

6 Vorwort			
8 So nutzt du dieses Buch			
14 Saisonkalender			
			
20 Januar	68 April	116 Juli	164 Oktober
Lauch	Rhabarber	Blumenkohl	Hokkaidokürbis
Chicorée	Grüner Spargel	Erbsen	Shiitakepilze
Rotkohl	Weißer Spargel	Gurken	Wirsing
Schwarzer Rettich	Rucola	Zucchini	Petersilienwurzeln
Topinambur	Kopfsalat	Zuckerschoten	Zwiebeln
36 Februar	84 Mai	132 August	180 November
Rote Zwiebeln	Spinat	Tomaten	Rosenkohl
Meerrettich	Fenchel	Kartoffeln	Steckrüben
Urkarotten	Frühlingszwiebeln	Auberginen	Chinakohl
Austernpilze	Spitzkohl	Paprika	Butternutkürbis
Weißkohl	Mairübchen	Bohnen	Schwarzwurzeln
52 März	100 Juni	148 September	196 Dezember
Gelbe Bete	Ackerbohnen	Süßkartoffeln	Knollensellerie
Champignons	Mangold	Mais	Grünkohl
Pak Choi	Bundkarotten	Rote Bete	Radicchio
Pastinaken	Kohlrabi	Romanasalatherzen	Feldsalat
Radieschen	Brokkoli	Staudensellerie	Kräuterseitlinge
			214 Register

Inhalt

Inhalt

Das Buch ist nach Monaten gegliedert und dann nach Zutaten. Vorneweg gibt es nach dem Vorwort eine Einführung, wie man das Buch am besten nutzt und einen ausführlichen Saisonkalender.

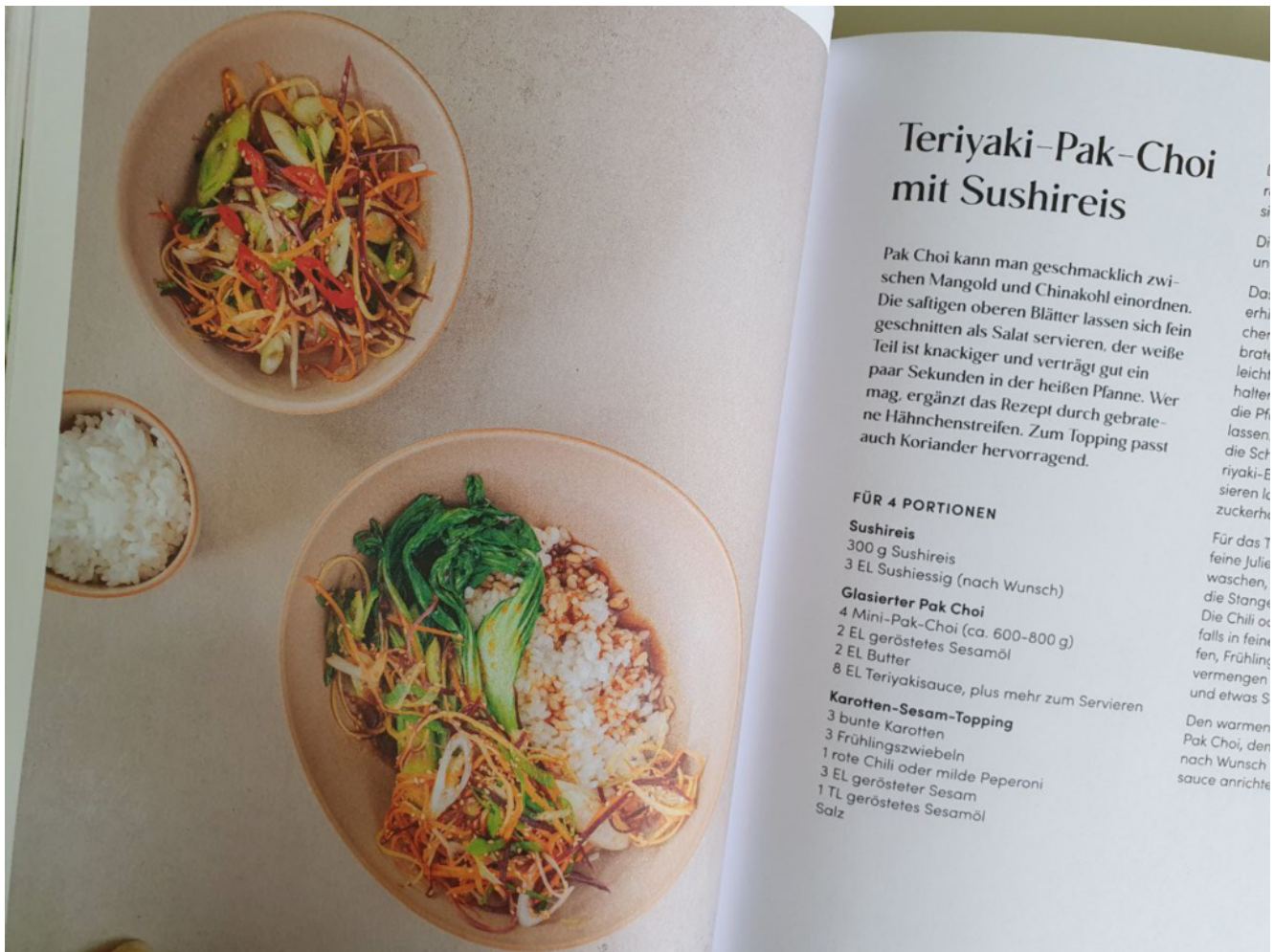
Die Rezepte sind übersichtlich dargestellt und jeweils von einigen Sätzen der Autorin begleitet und appetitlich bebildert.

Zwischen den Rezepten finden sich immer wieder Infoseiten zu saisonalen Produkten und wie man sie am besten verwenden kann. Darunter sind auch „No-waste-Tipps“, nützliche Infos („Bohnen: wie lange kochen?“) und weitere Rezeptideen, wie beispielsweise Pesto aus Karottengrün.



Kostprobe?

Bereits ausprobiert habe ich „[Okonomiyaki – japanische Kohlpfannkuchen](#)“ mit Miso-Mayonnaise, die absolut köstlich waren. Lecker klingen auch der „gebratene Rhabarber mit Quinoa, Rucola und Hirtenkäse“ oder die „Tomatentarte mit Pfirsichen und Parmesan“.



Sowohl vegetarische als auch fischige und fleischige Rezepte sind dabei, also sollte für jeden etwas zu finden sein.

Die meisten Rezepte sind recht übersichtlich von der Zutatenliste und eher unkompliziert, eignen sich also prima für den Alltag. Ich werde sicher noch so einige ausprobieren!

Für alle, die sich gerne regional und somit saisonal ernähren wollen und dabei Umwelt und lokalen Produzenten Gutes tun möchten, ist dieses Buch in meinen Augen ein must-have. Es bietet wirklich viel Inspiration, sensibilisiert für den Umgang mit „Gemüseabfällen“ und macht Appetit darauf, Gemüse immer wieder neu zu entdecken.



Ich wünsche euch viel Spaß beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!

Eure Judith

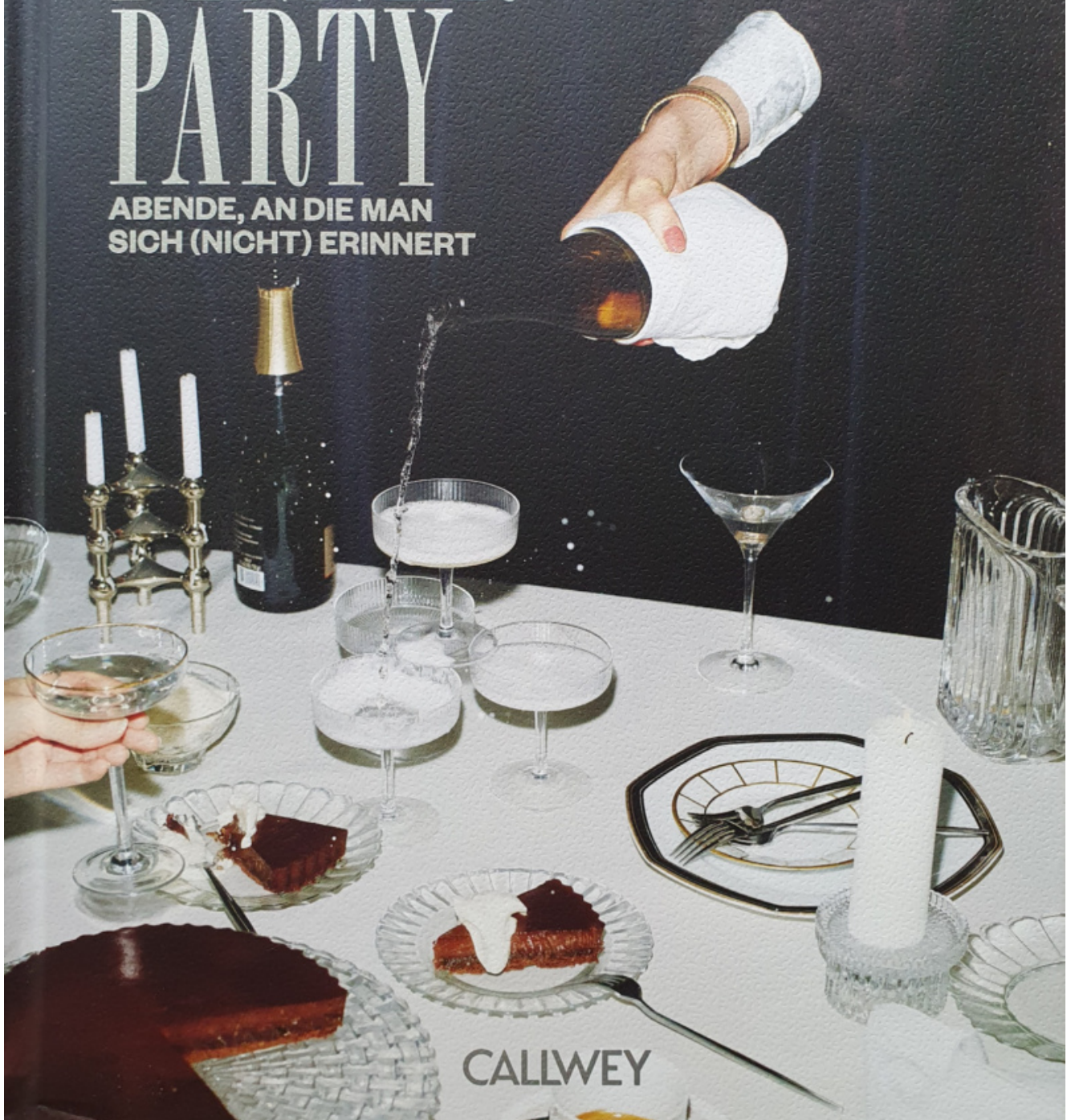
Stefanie Hiekmann
 „Das Gemüsekistenkochbuch“
 DK Verlag, gebunden, 24,95 Euro
 ISBN: 978-3-8310-4853-3

**Buchvorstellung: „Dinner
Party – Abende an die man
sich (nicht) erinnert“ von
Martin Benn & Vicki Wild**

MARTIN BENN & VICKI WILD

DINNER PARTY

ABENDE, AN DIE MAN
SICH (NICHT) ERINNERT



Es gibt wieder Lesefutter! Heute mal wieder aus dem Callwey Verlag. Bei dem Buch „Dinner Party – Abende an die man sich (nicht) erinnert“ von Martin Benn & Vicki Wild hatte ich als

Lektorin meine Finger im Spiel und das Projekt hat mir soviel Spaß gemacht, dass ich euch das Buch hier nicht vorenthalten möchte.

Das Konzept ist durchaus etwas Besonderes, denn der australische Spitzenkoch Martin Benn hat mit seiner Frau Vicki Wild Menüs für Dinnerpartys zusammengestellt, die er regelmäßig mit Freunden und Familie feiert. Zu den 9 Menüs, bestehend aus 107 Rezepten, gibt es sogar jeweils eine Playlist mit Liedern, die zum Thema des Abends und den Gerichten passen! Ich habe beim Lektorieren große Lust bekommen, mal wieder öfter Leute zum Essen einzuladen und hoffe, euch wird es genauso gehen!

Inhalt

Wie gesagt besteht das Buch aus 9 Menüs, die quasi die Kapitel darstellen. Eingerahmt werden sie von einer Einleitung, einem Kapitel mit Cocktail-Rezepten sowie den im Buch häufig erwähnten Basis-Rezepten.

Jedes Menü-Kapitel beginnt mit einer Übersichtsseite, auf der alle Gänge samt Drinks aufgelistet werden. Es folgt eine Doppelseite mit Text über das Menü sowie der Playlist. Die Rezepte sind sehr praktisch gestaltet und am Rand findet man immer Notizen, wann welcher Schritt vorbereitet oder ausgeführt werden sollte, um den Zeitplan so optimal und stressfrei wie möglich zu gestalten.

Meistens gibt es auch noch Profi-Tipps dazu, wie man etwas abwandeln oder Reste anderweitig verwenden kann.

EINLEITUNG 6	DIE COCKTAILS 208
14 Über dieses Buch	
18 Die Ausstattung	
DIE MENÜS	DIE BASIS-REZEPTE 212
20 Die Nachbarn	
26 Lost in Translation	
60 Im Zweifel entscheide dich für Rot	
82 Die Italiener kommen!	
104 Die Familie weiß es am besten	
124 Vielfalt ist die Würze des Lebens	
144 Quer durch den Garten	
164 Sojree bei Sonnenuntergang	
182 Fancy Schmancy	
202 Huhn – eine Lektion fürs Leben	
	228 Bezugsquellen
	231 Dank
	232 Register
	240 Impressum

Zwischen manchen Kapiteln findet man noch kleine Einleger mit Beiträgen von Cornelia Poletto, Mikael Horstmann, Anne Petersen und Charles Schumann über das Gastgebersein und Erfolgsrezepte für perfekte Dinnerpartys.

Kostprobe?

Köstlich klingen für mich der „Gebratene Lachs mit Miso-Dill-Butter“, der „Auberginen-Rotolo“ und die „Negroni-Rigatoni“. Als süßer Abschluss für Naschkatzen wären der „Lissabonner Schokoladenkuchen“ oder die „Tiramisù-Pannacotta“ sicher bestens geeignet.

eine eigenen Vorlieben entwickelt haben, aber viele verbinden Sie alle. Schwelgen Sie in Erinnerungen an Sie, ob sie durch den Geruch von Omas Hühnercurry, warmen Gewürze eines Currys oder die süße, weiche Kuchen ausgelöst werden. Selbst wenn Ihre Familie nie lebte, werden diese Erinnerungen etwas Besonderes zum Lächeln bringen.

Das Menü ist es, die gesamte Familie zu verwöhnen zu bringen – Sie eingeschlossen. Wenn Sie alles vor sich haben, können Sie sich zusammen mit der Familie dem Vergnügen, ohne ständig in die Küche eilen zu müssen.

Abwechslung sind hier wichtiger als Experimente – außerdem sind Familien sehr gut darin, ein abzurufen – also werden Fisch, Fleisch und Gemüse, sodass für jeden, Jung und Alt, etwas dabei ist. Wichtig ist, dass das Dinner in Windeseile vorbei ist, sonst wird jeder entspannen und so viel oder so wenig essen möchte.

Art-Brot ist eine lustige Art, gemeinsam das „Brot zu essen“ perfekt zu allen anderen Gerichten. Der gebrannte, ganz einfach zuzubereiten und ein wahrer Genuss. Hühnerchen ist ein klassisches Wohlfühlgericht mit einem Twist. Die Gemüsegerichte spielen ebenfalls eine einfache, aber wirkungsvollen Beilagen.

Tipp lautet, einen großen, schönen Kuchen als Dessert in die Mitte des Tisches zu stellen. Das ist sehr schön, die Familienmitglieder an die Geburtstagsfeier zu erinnern. Außerdem kann man die Reste einpacken und nehmen, um sie am nächsten Tag zu genießen.



REEN Let's Stay Together **LEON BRIDGES** Coming Home **DONALD BYRD** Up with Donald Byrd **MARVIN GAYE** What's Going On **JAMES BLAKE** Covers EP
IWANUKA Love & Hate **NINA SIMONE** Sinners **RENÉ AUBRY** Scènes de Monde **RYUICHI SAKAMOTO** Music for Film **CURTIS MAYFIELD** Move on Up
ATIONS Sky's the Limit **BILL WITHERS** Just as I Am

DINNER PARTY

DIE FAMILIE WEISS ES AM BESTEN

107

Grundsätzlich sind viele Gerichte in diesem Buch nichts für den ganz kleinen Geldbeutel. Martin Benn verwendet gerne gutes Fleisch, Hummer, auch mal Kaviar. Aber auch bodenständige und vegetarische Rezepte sind enthalten, von denen ich sicher mal einige ausprobieren werde. Ein Menü ist sogar komplett vegetarisch.

Und natürlich muss man nicht jedes Gericht genauso zubereiten und sich auch nicht sklavisches an die Menüs halten. Ich sehe das Buch als wunderbare Inspiration, eigene Menüs zusammenzustellen und vor allem selbst mal wieder Freunde zu einem genussvollen Abend einzuladen!

Bitterschokoladen-Tarte, Pedro-Ximénez-Datteln

Diese Bitterschokoladen-Tarte basiert auf der klassischen *Tarte au chocolat* amer des verstorbenen französischen Kochs Joel Robuchon. Ich erinnere mich noch gut daran, wie oft ich sie vor 30 Jahren gebacken habe, als sie mit Abstand das beliebteste Dessert in Restaurants war. Sie hat sich also bewährt. (Natürlich hat sie das, sie schmeckt unglaublich.) Hier habe ich eine kleine Abwandlung mit einer feinen Schicht Datteln gemacht, die mit aromatischem, rosinen-süßem Pedro-Ximénez-Sherry zu einer Toffee-artigen, köstlichen Masse verkocht wurden. Wenn Sie die Mascarponecreme (Seite 34) dazu servieren, wird das Dessert noch dekadenter.

TARTEBODEN

60 g Eigelb
200 g weiche ungesalzene Butter
80 g Feinzucker
200 g Mehl (Allzweckmehl), plus mehr zum Bestäuben
3 gestr. EL Kakaopulver
Salz

Die Eigelbe in einer kleinen Schüssel verquirlen. – Butter und Zucker in einer Küchenmaschine auf hoher Stufe aufschlagen, bis die Masse ganz hell ist. – Das Mehl, das Kakaopulver und 1 Prise Salz sieben und in die Schüssel geben, dabei auf niedriger bis mittlerer Stufe weiterkneten, bis gerade so ein Teig entsteht – nicht zu lange rühren. – Alles aus der Schüssel nehmen und schnell zu einem glatten Teig verkneten. – Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und zu einer Scheibe ausrollen. – Vor der Verwendung mindestens 1 Stunde lang kühl stellen. – Eine 22 cm große Tarteform mit herausnehmbarem Boden mit Backspray einsprühen. – Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und die Frischhaltefolie entfernen. – Die Arbeitsfläche leicht mit Mehl bestäuben, dann den Teig kurz kneten, bis er weicher ist. – Den Teig mit einem Nudelholz auf eine Dicke von etwa 7 mm ausrollen. Der Teig ist sehr weich und wird brechen; das ist in Ordnung, man kann ihn einfach wieder zusammendrücken. – Den Teig weiter ausrollen, bis eine Scheibe von etwa 25 cm Breite entsteht – größer als der Boden der Tarteform. – Den Tarteboden auf den Teig legen und der Boden der Tarteform. – Den Tarteboden mit einem Messer um den Rand herum schneiden. Die Teigreste vorsichtig unter die Teigscheibe schieben und dann wieder in die Tarteform legen. – Den Teig mit den Fingern gegen die Seiten der Tarteform drücken, sodass der Boden vollständig von Teig bedeckt ist. – Mit einer Gabel mehrmals leicht einstechen und die Tarteform vor dem Backen 30 Minuten lang einfrieren. – Zum Backen den Ofen auf 165 °C vorheizen. – Den Teig etwa 30 Minuten backen oder bis sich der Boden leicht fest anfühlt – er wird beim Abkühlen noch fester. – Aus dem Ofen nehmen und auf einem Rost abkühlen lassen. – Bis zur Verwendung in einem luftdichten Behälter aufbewahren.

PEDRO-XIMÉNEZ-DATTELN

200 ml Pedro-Ximénez-Sherry
250 g Medjool-Datteln, entkernt

Den Pedro Ximénez in einen Topf geben und auf die Hälfte einkochen lassen, dabei darauf achten, dass der Alkohol nicht in Flammen aufsteigt. – Die Datteln hacken und in die Reduktion geben. – Leicht köcheln lassen, bis eine dicke, süße Paste entsteht. – Vom Herd nehmen, beiseitestellen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen. – Zwei Bögen Backpapier in etwa 25 cm große Quadrate schneiden und jeweils eine Seite leicht mit Backspray besprühen. – Die Hände leicht anfeuchten und die Dattelpaste zu einer Kugel rollen. – Die Kugel in die Mitte des Backpapiers drücken, dann den zweiten Bogen Backpapier darauflegen. – Mit einem Nudelholz die Kugel auf einen Durchmesser von etwa 20 cm ausrollen. – Das oberste Blatt Backpapier entfernen, das Dattelpüree vom unteren Blatt abziehen und in den blindgebackenen Tortenboden legen, dabei einen 1 cm breiten Rand des Tortenbodens frei lassen, damit die Schokoladencreme das Dattelpüree später vollständig bedeckt.

ZUM FÜLLEN UND BACKEN DER TARTE

240 g dunkle Schokolade, gehackt (Valrhona Manjari 64 %)
1 großes Ei
1 Eigelb
240 g Schlagahne
70 ml Vollmilch Salz

WICHTIG!
Diese Tarte hat nur einen Topfboden, keine Rand. Ich finde, das ist einfacher zu machen, und es sieht gut aus.

Den Ofen auf 110 °C vorheizen. – Die Schokolade in eine große, hitzebeständige Schüssel geben und beiseitestellen. – Das Ei und das Eigelb in einer separaten Schüssel verquirlen, dann durch ein kleines Sieb streichen und beiseitestellen. – Die Sahne, die Milch und 1 Prise Salz in einen mittelgroßen, schweren Topf geben und zum Kochen bringen. – Sobald die Mischung kocht, über die Schokolade gießen und mit einem Spatel rühren, bis die Schokolade vollständig geschmolzen und mit einem Spatel rühren, bis alles eingearbeitet ist und die Mischung glatt und glänzend aussieht. – Die Mischung auf den vorbereiteten Boden gießen und 10 Minuten lang backen. Keine Sorge, die Schokoladenmasse sollte beim Rühren noch wackeln. – Herausnehmen und vor dem Servieren mindestens 4–5 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen (nicht im Kühlschrank!). – Zum Servieren am Tisch in Stücke schneiden und eine Schüssel mit Mascarponecreme herunnecken.

Für ambitionierte Köche, die gerne experimentieren und sich auch mal etwas gönnen (können), ist dieses Buch perfekt. Grundsätzlich offene Genussmenschen, die sich gerne aus allen Bereichen inspirieren lassen, werden an diesem Buch aber auch ihre Freude haben.

Ich wünsche euch viel Spaß beim Schmökern!

Alles Liebe,
eure Judith

Martin Benn & Vicki Wild

„Dinner Party – Abende an die man sich (nicht) erinnert“
Callwey

Gebunden, 240 Seiten

ISBN 978-3766727046

45 Euro

Buchvorstellung: „Healing kitchen. Quick & Easy“ von Shabnam Rebo



Healing Kitchen

Quick & Easy

80 vegane,
anti-entzündliche
Rezepte



Shabnam Rebo@thehungrywarrior

Heute gibt es mal wieder Lesefutter aus dem DK Verlag! Und zwar von Shabnam Rebo, einer Deutsch-Perserin, die mit Anfang 20 in die USA auswanderte und sich schon immer fürs Kochen und

Kulinarik begeisterte. Als sie 2015/16 wegen einer entzündlichen Darmerkrankung ihre Ernährung umstellen musste, brauchte sie eine Weile, um ein gesünderes, anti-entzündliches Konzept für sich zu finden. Mittlerweile fühlt sie sich kein bisschen eingeschränkt, sondern experimentiert mit Geschmack, Texturen und Farben und zaubert bunte, gesunde und leckere vegane Gerichte.

Ihr Blog „[The hungry warrior](#)“ war mir sogar vom Namen her ein Begriff, aber besucht hatte ich ihn bisher (leider) noch nicht. Wie das Buch auch (ihr zweites, übrigens), gefällt er mir richtig gut!

Aber schauen wir uns mal ihr Buch an:

INHALT	
6	Vorwort Antientzündliche Ernährung und wie ihr mit dem Buch arbeitet
8	So kam ich zur Healing Kitchen Vorratsschrank und wichtige Küchentools
20	Basics Saucen, Toppings und selbst gemachte Würzmittel im Vorrat erleichtern den Kochalltag ungemein
42	Frühstück & Brunch Wohltuende Gerichte für den perfekten Start in den Tag
62	Für jeden Tag Wenig Zeit und dennoch glücklich satt: One Pots, Bowls, Nudelgerichte & Co. für jede Tageszeit
128	Comfort Food Unkompliziert und voller Aromen – Gerichte für das Wochenende oder gesellige Runden
160	Sweets Herrliche Desserts, Kuchen und Gebäck in der gesünderen Variante
184 Register	

Inhalt

Nach einem kurzen Vorwort beschreibt Shabnam, wie sie zur Healing Kitchen kam, wie man mit dem Buch arbeitet und welche Ausstattung und Grundzutaten sie immer vorrätig hat. Dann kommen 5 Rezepte-Kapitel, gefolgt vom Register. Die Rezepte sind sehr schön bebildert und übersichtlich beschrieben. In einem Kommentar werden die gesunden Eigenschaften der einzelnen Zutaten beschrieben, damit man weiß, wie viel Gutes man sich mit diesem Gericht tut.



Kostprobe?

Wie wäre es mit einem „Gurken-Süßkartoffel-Salat mit Erdnuss-

Dressing“? Unbedingt ausprobieren muss ich die asiatischen „Lazy Miso-Tahin-Nudeln“, sobald ich wieder Miso im Haus habe. Köstlich klingt auch der Ofen-Tofu mit Oliven-Topping und Kräuterreis.

Und für den süßen Zahn gäbe es „Kürbis-Schoko-Blondies“, „Banana-Bread-Bällchen“ oder „Schoko-Süßkartoffel-Mousse“. Klingt doch verlockend, oder?



Mir gefällt das Buch total gut und ich finde viele Rezepte, die ich ausprobieren möchte. Die meisten sind wirklich einfach und sehr schnell zubereitet, was ich für den Alltag wichtig finde.

Außerdem gibt die Autorin Tipps, wie man zeitsparend vorbereiten und planen kann, um sich die ganze Woche über entspannt gesund ernähren zu können.

Von mir eine klare Empfehlung für alle, die gerne vegan/vegetarisch essen und sowieso für alle, die sich gesünder und anti-entzündlich ernähren möchten!

Viel Freude beim Schmökern, Nachkochen und Genießen!
Eure Judith



Shabnam Rebo
„Healing kitchen. Quick & Easy“
DK Verlag/ 24,95 Euro

ISBN: 978-3-8310-4844-1

www.thehungrywarrior.de

Insta: @thehungrywarrior