

Pizza mit Champignons, Zwiebeln, Oliven, Kapern und Rucola

Vor allem in der „süßen“ Weihnachtszeit brauche ich meist richtig herzhaftes Essen als Ausgleich und kurioserweise habe ich zurzeit sogar recht wenig Lust auf Plätzchen und Heißhunger auf alles Herzhafte. =)



Diese Pizza verbinde ich mit meiner Studentenzeit. Ich weiß noch genau, wie ich das erste Mal diesen Teig aus dem „Essen & Trinken Spezial. Köstliche Klassiker Schritt für Schritt erklärt“ (2013) zubereitete und dann meine liebe Freundin Celina zum Frauenabend vorbei kam. Sie backt und kocht genauso leidenschaftlich wie ich und wenn wir zusammen sind, dreht sich über kurz oder lang alles ums Essen. Zwei begeisterungsfähige Genussmenschen beugten sich also damals über den Teig und waren hellauf begeistert, wie wunderbar er aufging und wie weich er sich anfühlte. Celina streichelte ihn sogar ganz verliebt und war entzückt über seine Textur. Dann buken wir die Pizzen, krönten sie auch damals mit

frischem Rucola und gossen ein Glas Wein ein. Andächtig bewunderten wir das Werk auf unserem Teller und nahmen dann den ersten Bissen...

Wenn Celina und ich einmal wirklich sprachlos sind, dann will das etwas heißen. Wir schauten uns an, verdrehten die Augen, schüttelten den Kopf. Bissen zu, kauten, schüttelten den Kopf. Es war göttlich.



Knusprigster dünner Boden mit Knusperblasen am Rand, wunderbar herzhafter Belag. Willkommen in Italien! Zungenorgasmus kam uns dann in den Sinn, nachdem wir des Redens wieder fähig waren und somit war dieses Teigrezept an adeliger Stelle in unser Rezeptrepertoire aufgenommen.

Bisher ist mir dieser Teig noch nie misslungen und auch mit Trockenhefe und ohne italienisches Mehl „tipo00“ wird die Pizza wunderbar.

Das Geheimnis ist meiner Meinung nach aber nicht nur das gute Rezept, sondern das Vorheizen des Ofens samt Blech, worauf die belegte Pizza dann mit Backpapier befördert wird.

Probiert es aus, ich bin sicher, so eine gute Pizza habt ihr noch nie selbst gemacht! =)



So

gehen **4 Pizzen:**

500 g Mehl (Typ 00 oder 405)

1 gestr. TL Salz

5 g frische Hefe oder 1 Päckchen Trockenhefe

300 ml kaltes Wasser

Mehl zum Bearbeiten

Tomatensauce (Passata, Kräuter, Salz, Pfeffer, Knoblauch gepresst)

Belag und Käse nach Wunsch, z.B. Pilze, Zwiebeln, Oliven, Kapern, Ananas, Paprika, Gouda, Mozzarella, frischen Rucola, ...

Das Wasser in eine Schüssel geben und die frische Hefe unter Rühren in 5 Minuten darin auflösen. Mehl darauf sieben, Salz zugeben.

Alternativ bei Trockenhefe: Alle trockenen Zutaten in einer Schüssel mischen, das Wasser zugeben, alles verrühren.

Mit den Händen zu einem glatten Kloß verkneten und auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche 10-15 Minuten lang geschmeidig kneten. Dann in eine Schüssel legen und mit Klarsichtfolie oder einem feuchten Handtuch bedecken, damit der Teig nicht austrocknet.

Bei Zimmertemperatur 1:30 Stunden gehen lassen.

Dann den Teig auf einer leicht bemehlten Fläche zu einer Rolle

formen, dabei nicht zu viel kneten. Die Rolle in 4 Stücke teilen und zu Kugeln formen. Mit Abstand auf eine bemehlte Stelle oder in eine bemehlte Form legen, wieder abdecken und 1 Stunde gehen lassen.

30 Minuten vor dem Backen den Ofen mit Pizzastein oder Backblech auf unterster Schiene auf 250°C vorheizen. (Auch Umluft: 250°C)

Die Teigkugeln mit etwas Mehl dünn ausrollen und auf ein Tablett, Blech oder großes Brett mit Backpapier legen. Mit Tomatensoße bestreichen, nach Wunsch belegen und in den Ofen auf das vorgeheizte Blech gleiten lassen. Ca. 10 Minuten backen.[nurkochen]



Meine

Ma erzählte neulich, in ihrer Studentenzzeit sei Käsetoast DAS WG-Gericht gewesen. Ich verbinde mit meinen Uni-Jahren diese Pizza und einen indischen Kochabend mit unserer Fachschaftstruppe.

Welche kulinarischen Erinnerungen habt ihr ans Studium, an die Schulzeit oder eine andere Lebensphase? Ich freue mich auf eure Worte!

Habt eine genussvolle zweite Adventswoche,
eure Judith

Das Flecken-Gen meiner Familie & Ein schnelles Fladenbrot (to go) mit gegrilltem Halloumi, Guacamole & Feldsalat



Heute gibt es mal wieder was Unkompliziertes, Schnelles zum Futtern. Wann immer wir beim arabischen Supermarkt vorbei kommen, können wir nicht widerstehen und müssen uns von dem köstlichen arabischen Brot kaufen. Neulich gab es mal Quesadillas aus dünnen Fladen (leider waren wir zu hungrig, um sie zuerst zu fotografieren) und heute gibt es gefülltes Fladenbrot, sozusagen vegetarischen Döner.

Naja, nicht so ganz, aber mit Sicherheit genauso lecker: wir haben Halloumi (Grillkäse) knusprig gebacken und mit herzhafter Guacamole und Feldsalat zu einem gesunden, homemade

Fastfood vereint.

Solch ein gefülltes Brot kann man auch wunderbar mitnehmen, zur Arbeit, in die Schule, auf Reisen. Und die Zubereitung macht auch noch Spaß, denn sie spricht irgendwie den kindlichen Basteltrieb an... Und einsauen kann man sich fast ebenso gut wie mit Döner. Man muss das Brot nur ordentlich voll stopfen, ganz viel Avocado-Soße und am besten noch Ketchup dazu geben. Wenn man dann noch wie ich ein angeborenes Talent hat, sich zu bekleckern, dann sollte man für dieses Gericht vielleicht noch eine Serviette zum Umhängen einplanen...=)



Es

scheint übrigens wirklich ein wenig (oder auch mehr) in der Familie zu liegen. Schon mein Opa hatte die sagenhafte Fähigkeit, sich bei JEDEM Essen zu bekleckern. Oft schaffte er es bis zum letzten Bissen – und dann passierte es doch noch. Meine liebe Ma scheint dieses Gen geerbt zu haben. Auch bei ihr fällt beim Essen häufiger mal etwas hin, wo es nicht hin soll und darauf folgt dann ein herzhaftes „Mist, Mist!“ und hektisches Reiben mit einem feuchten Handtuch, während mein Pa und ich nur vor uns hin grinsen und ungestört weiter essen – es ist eine fast alltägliche Szene.

Und da dieses Gen leider nicht die Eigenschaft zu haben scheint, Generationen zu überspringen, wird es auch bei mir hin und wieder aktiv. Mein Naschkater verdreht dann grinsend

die Augen und murmelt nur „Diese Boor-Gene“ vor sich hin. Das ist der Mädchenname meiner Ma bzw. Name meines Opas. Aber ich habe ihm bei all seiner Schadenfreude ein bisschen Angst gemacht: ich habe ihm glaubhaft versichert, dass es eine besondere aggressive Version eines *jumping genes* ist, eines springenden Genes also, das spontan auf in der Nähe befindliche Personen übersetzen kann. Leider kann er nun, wenn bei ihm der Fleckenteufel zuschlägt, mir bzw. meinen Genen die Schuld geben...



Hier

das Rezept für ein leckeres Bastel-Klecker-Essen!

Für 4 Portionen:

- 1 großes Stück Halloumi
- etwas Öl zum Anbraten
- 2 kleinere Fladenbrote, halbiert
- 2 Handvoll Feldsalat
- 1 große Tomate, falls vorhanden
- 2 Avocados
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine frische rote Chilischote [alternativ Chiliflocken]
- Etwas Zitronensaft
- Salz, Pfeffer
- [Tomatenketchup]

Den Halloumi in längliche, etwa fingerlange Rechtecke schneiden und alle Stücke gut trocken tupfen.

Mit etwas Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze auf allen vier Seiten goldbraun braten.

Die Avocados in einer Schüssel zerdrücken. Die Knoblauchzehe pressen (oder ganz fein würfeln), die Chili fein hacken. Beides zur Avocado geben, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag entkernt die Tomate, würfelt das Fleisch ganz fein und gibt es zur Guacamole.

Ansonsten die Tomate in vier Scheiben schneiden. Den Feldsalat waschen und putzen.

Das Brot kurz auftoasten.

Dann die halben Fladenbrote auf- aber nicht ganz durchschneiden und mit Guacamole, Käse, Feldsalat [und Tomatenscheiben] füllen. Wer mag, gibt auf eine Seite des Brotes noch etwas Tomatenketchup.

Zusammenklappen – und genießen![nurkochen]



Ich wünsche euch viel Spaß beim Nachbasteln und Auffuttern und eine genussvolle Restwoche! Habt ihr (kulinarische) Pläne fürs Wochenende?

Alles Liebe,
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

Herbsttage im Schwarzwald: Wanderungen im Dreisamtal, Rast in schönen Cafés und Restaurants, Augenschmaus auf dem Münstermarkt

Heute gibt es mal kein Rezept, aber dafür ein paar Herbstimpressionen, die ich gerne mit euch teilen möchte. In den letzten Tagen war meine Familie zu Besuch, also haben wir Urlaubstage gemacht und die Umgebung erkundet.



Wir machten eine kleine Wanderung um Kirchzarten herum mit traumhaften Blicken auf den umliegenden Schwarzwald und das hübsche kleine Örtchen. Die Herbstfarben strahlten von den Bäumen und wir hatten das riesige Glück, dass über uns der Himmel fast ebenso blau strahlte. Eine Kuhherde am Wegrand ließ sich die Köpfe von uns kraulen und ein paar Grashalme von diesseits des Zauns reichen.



Einen Ausflug ins [Blumencafé](#) in Lehen machten wir auch, denn meine Ma wollte unbedingt mal die Cafés kennen lernen, über die ich hier schon berichtet habe. Dort saß ich mit dem Rücken zum brennenden Kamin, was an kalten Herbsttagen ganz wunderbar ist und mich immer von einem eigenen Ofen oder Kamin träumen lässt. Danach spazierten wir durch den Mundenhof, einen großen Tierpark, der für alle gratis und für Groß und Klein ein Vergnügen ist.



Einen Tag ging es auf den Münstermarkt in Freiburg. Dort kauften wir Demetergemüse ein, französischen Käse und Birnen am kleinen Stand einer alten Dame. Mein Pa fachsimpelte mit einer Frau,

die Kakteen anbot und meine Ma bewunderte die Blumen und herbstlichen Zweige. Ein Stand bot wunderhübsche Duftrosen an. [Stefans Käsekuchen](#)-Stand hatte Mohn, Klassik, Apfel-Zimt und Orange-Mandarine im Angebot. Ein Stück weiter gab es die ersten heißen Maroni.



Wir aßen in der [Vegetage](#) zu Mittag, wo es unglaublich leckeres vegetarisches Büffet gibt. Man nimmt sich, was man mag und an der Kasse wird gewogen und bezahlt.

Auf dem Rückweg liefen wir noch bei der kleinen [Rösterei „Schwarzwild“](#) vorbei, denn sie liegt auf unserem Heimweg. Dort wird jeden Tag frisch geröstet und es gibt dort einen unglaublich guten Cappuccino zu trinken! Mal kurz reinschauen, wenn es auf dem Weg liegt, lohnt sich sehr.



Am

folgenden Tag ging es nach St. Märgen, wo wir einen kleinen Spaziergang in der Sonne machten. Direkt am Parkplatz war eine Eselweide und der graue Kerl stand am Zaun, streckte neugierig den Kopf hinüber, als würde er nur auf Besuch warten. Ich liebe Esel und stürmte zu ihm. Doch das Huftier stellte sich als schüchtern heraus. Als wir da waren, stellte es sich seitlich zum Zaun, senkte den Kopf und sah uns kaum an. Sobald wir uns entfernt hatten, fraß er weiter und schaute über den Zaun, als sei nichts gewesen.

Im Anschluss aßen wir im [Landfrauencafé Goldene Krone](#) zu Mittag. Endlich konnte ich die Spezialität des Hauses, den Käsemichel (ein runder Bergkäse, mit Quark-Butter-Teig überbacken), probieren und er war sehr köstlich.



Unser
e Fahrt führte uns noch zum Titisee und durch wunderhübsche
Landschaften voller kleiner und größerer Schwarzwaldhöfe,
Weiden mit Kühen und bunter Wälder, wie man es aus dem
Fernsehen oder von Postkarten kennt.



Am
Wochenende kommt schon der nächste Besuch, eine liebe
Studienfreundin aus dem Raum Heidelberg. Aber es wird auch
wieder ein kleines Rezept geben, versprochen! =)

Habt genussvolle Herbsttage!
Eure Judith



Kartoffelgratin mit Senf und Meerrettich

Vor einigen Tagen gab es bei uns den ersten Herbstnebel. Auf dem Weg zu meinem morgendlichen Training fuhr ich durch zartgrauen Dunst und die trockenen Blätter auf den Straßen rochen auf einmal noch intensiver nach Herbst.

Für mich ist das der Moment, wo sich der Herbst nicht mehr leugnen lässt, wenn die Welt morgens in ein Nebeltuch gehüllt ist. Es ist ein weiterer Schritt des Rückzugs der warmen Jahreszeiten. Die Natur zieht sich für einen ihrer letzten Akte um und der Nebel ist ihr Vorhang.

Zum Glück kämpfte sich bald die Sonne durch und machte einem strahlenden Himmel Platz. Aber die Luft bleibt trotzdem kalt und da bekommt man wieder mehr Lust auf herzhaftes Backofengerichte, die auch dem Gaumen den Herbst einläuten.



Bei uns gab es an diesem Tag Kartoffelgratin. Ich hatte in der aktuellen Sweet Paul ein Rezept gesehen mit frischem Meerrettich und fand diese Idee genial, denn Meerrettich und Kartoffeln sind einfach köstlich zusammen. Leider hatte ich keinen frischen, aber noch einen Rest im Glas. Mit frischem ist es sicher aromatischer. Dazu gab ich noch etwas groben Senf, der mit seiner feinen Säure einen würzigen Gegenspieler zu den Kartoffeln bildete.

Für 2 Portionen:

500 g Kartoffeln

200 g Flüssigkeit (Milch, Sahne, Pflanzenmilch, ich hatte Vollmilch und Sojareismilch)

etwas Butter oder Öl für die Form

1 gestr. TL Gemüsebrühpulver

1 Knoblauchzehe, gepresst

2 TL grober Senf

3 TL Meerrettich aus dem Glas oder 1 EL frisch geriebener Pfeffer und eventuell Salz

Gemahlene Muskatnuss

50 g Käse, zum Beispiel Gouda, gerieben

Die Kartoffeln schälen und in feine, gleichmäßige Scheiben schneiden oder hobeln und diese in einer gefetteten Auflaufform verteilen.

Die Flüssigkeit mit den Gewürzen vermischen und über die Kartoffeln geben. Den Käse reiben und über dem Gratin verteilen.

Bei 180°C Umluft etwa 45 Minuten backen.

Sollte die Oberfläche zu dunkel werden, rechtzeitig mit Alufolie abdecken!

Je nach Dicke der Kartoffeln und Stärke des Ofens ist es früher oder später gar. Am besten kurz mit einem Holzstäbchen durch das Gratin stechen und testen, ob die Kartoffeln durch sind.

Dazu gab es bei uns gedünstete Stangenbohnen. Mit etwas Gemüsebrühpulver und wenig Wasser gegart und mit einem Hauch Salz und einem Schuss Olivenöl abgeschmeckt.[nurkochen]



Ich werde das Gratin auf jeden Fall noch mal mit frischem Meerrettich machen. Und vielleicht auch wieder einen Klecks Senf dazu geben, das würzt ganz wunderbar.

Lasst euch den Herbst gut schmecken, ihr Lieben und habt genussvolle Tage!

Eure Judith