



Leckereien
aus der
Falbi-Küche

Schmelzkäse Spezial „Kochkäse“



Zutaten:

200g Bauern-Handkäse mit Kümmel
1-2 TL ganzer Kümmel,
100 ml Sahne
250 Quark 20% i.Tr.

Handkäse mindestens 1 Woche bei Zimmertemperatur reifen lassen.

Käsestücke voneinander trennen, Sahne und Kümmel in einem Stielstopf erwärmen,

Handkäse zugeben und in der Sahne unter Rühren flüssig werden lassen, so lange rühren bis eine homogene Masse entsteht. Quark einrühren und cremig rühren.

Kochkäse in ein Gefäß umfüllen,
kalt werden lassen, dann mit Deckel verschließen.

Tipp:

Im Kühlschrank aufbewahrt –einige Tage haltbar.

Als Brotaufstrich mit sauren Gurken oder auch warm zu Pellkartoffeln mit Gurkensalat genießen.

Wer keinen Kümmel mag, kann auch Handkäse ohne Kümmel kaufen und den Schmelzkäse mit gehacktem Schnittlauch würzen.



Dieses Rezept
stammt
von
unserer Dozentin
Cornelia Ermes

Sausage-Rolls mit Tomaten-Ingwer-Chili-Chutney

Zutaten:

500 g Tomaten (wenn keine Saison dann italienische ganze Dosentomaten)
2 große Zwiebeln
1 Stück (ca. 40 g) Ingwer
1 rote Chilischote
50 g brauner Zucker
2 EL Tomatenmark
Salz
Cayennepfeffer
Kreuzkümmel
1–2 EL Weißwein-Essig
1 EL Öl
4 Stiele Salbei
4 grobe Bratwürste (à ca. 100 g)
1 EL Paniermehl
Pfeffer
geriebene Muskatnuss
1 Packung (270 g) Frischer Butter-Blätterteig (backfertig rechteckig ausgerollt auf Backpapier; 42 x 24 cm; Kühlregal) oder TK
1 Ei (Größe M)
100 g Cheddar-Käse
Backpapier

Dieses Rezept
stammt
von
unserer Dozentin
Belinda John

Zubereitung

Für das Chutney Tomaten waschen, putzen und würfeln. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Ingwer schälen, fein reiben.

Chili putzen, der Länge nach aufschneiden, Kerne entfernen, Schote waschen und klein schneiden.

Zucker in einem Topf leicht karamellisieren. Tomaten, Hälfte der Zwiebeln, Ingwer, Chili und Tomatenmark zugeben. Unter häufigem Rühren bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Cayennepfeffer, Kreuzkümmel und Essig abschmecken. Abkühlen lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen, restliche Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Salbei waschen, trocken tupfen und fein hacken. Zu den Zwiebeln geben, beiseitestellen und abkühlen lassen. Brät aus der Wurstpelle drücken. Mit Zwiebeln und Paniermehl verkneten. Mit Pfeffer und Muskat würzen.

Teig 5–10 Minuten vor Verarbeitung aus dem Kühlschrank nehmen. Teig entrollen und der Länge nach halbieren, so dass zwei Rechtecke (je 42 x 12 cm) entstehen. Brätmasse halbieren. Auf jeder Teighälfte die Hälfte der Brätmasse zu einer Wurst in der Länge des Teigstücks formen. Alles aufrollen und jede Rolle in je ca. 10 Stücke schneiden. Auf das Backpapier setzen. Ei verquirlen und Blätterteig damit bestreichen. Käse grob reiben und die Wurstrollen damit bestreuen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/ Gas: Stufe 3) ca. 20 Minuten goldbraun backen.

Mit dem Chutney servieren. Die Rollen schmecken warm oder kalt.

Revani- Türkischer Grießkuchen

Zutaten:

für den Revani Teig:

- 1 Glas entspricht 200 ml
- 1 Glas Türkischer Joghurt mind.3,5%
- 1 Glas Eier
- 1 Glas Öl
- 1 Pck. Vanillinzucker
- 1 Pck. Backpulver
- 1 Glas Kokosraspeln
- 1/2 Glas Sultaninen
- etwas Hartweißengrieß (der Teig sollte nicht zu fest und auch nicht zu flüssig sein)

für den Zuckersirup:

- 2 Gläser Wasser
- 2,5 Gläser Zucker
- 2 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung:

Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Alle Zutaten für den Teig in einer Schüssel mit Hilfe eines Schneebesens verrühren und in eine Glasofenform geben und bei 220 Grad backen bis der Kuchen goldbraun ist.

Während der Kuchen im Ofen backt den Zuckersirup vorbereiten dafür Zucker und Wasser in einem Topf zum kochen bringen (rühren bis der Zucker sich aufgelöst hat) sobald das Wasser kocht die Hitze reduzieren und zwei Spritzer Zitronensaft dazugeben und bei niedriger Hitze ca. 15. min köcheln lassen.



Kuchen nach der Backzeit aus dem Ofen nehmen in Kuchenstücke schneiden und mit Hilfe einer Kelle den Zuckersirup auf dem Kuchen verteilen eine Zeitlang einziehen lassen (evtl. zudecken) überschüssigen Sirup abgießen und abkühlen lassen.

Zur Deko mit Kokosraspeln verzieren und genießen.

Afiyet olsun ...
Guten Appetit...



Dieses Rezept
stammt
von
unserer Dozentin
Yelaz Karadağ

Pikante Parmesanstangen

Zutaten:

1 Rolle frischer Blätterteig
aus dem Kühlregal
1 Stück Parmesan
2 Eier
Meersalz
Sambal Olek

Zubereitung:

Backofen auf 180°C Grad / Umluft vorheizen.
Eigelbe aufschlagen, Parmesan reiben.
Den Blätterteig ausrollen. Mit Sambal einpinseln.
Mit Parmesan und Meersalz bestreuen.
Teig in 8 gleich große Felder schneiden. Die Felder aufrollen und
die Rollen von rechts vor - und links zurückdrehen.
Klingt kompliziert?

Zum Rezept gibt es ein Video in unserer FaBi Videothek:
https://www.fabi-hannover.de/aktuelles/FaBi_Videothek

Die Rollen auf das Backpapier legen und die Enden flach andrücken.
Mit Eigelb bepinseln und ein paar Körner Meersalz aufstreuen.
Bei 180°C / Umluft ca. 20 Minuten backen.
Test: Die Stange in der Mitte anfassen und anheben. Fertig gebacken
muss die Stange gerade bleiben.

Optimale Ergänzung zur Käseplatte, zu Wein oder Bier oder einfach
nur weil es lecker schmeckt.



Dieses Rezept
stammt
von
unserem
Dozenten
Heinrich Möller

Pekannuss Pie - Streifen

Zutaten:

320 g Mehl
160 g Butter
2 EL Zucker
2 Eigelb
1 Prise(n) Salz
225 g Butter, weich
125 g Honig
60 g Zucker
200 g Zucker, braun
60 ml Schlagsahne
450 g Nüsse (Pekannüsse), grob gehackt



Dieses Rezept
stammt
von
unserer Dozentin
Belinda John

Zubereitung

Aus den ersten fünf Zutaten einen Mürbeteig herstellen, diesen kalt stellen. Dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf ca. 25 x 40 cm ausrollen, der Teig sollte ca. 1/2 cm stark sein.

Mit einer ausziehbaren Form oder einer doppelten Alufolie begrenzen. Mit einer Gabel mehrfach einstechen und bei 180 Grad 15 Minuten vorbacken.

In der Zwischenzeit Butter, Honig, Zucker und braunen Zucker bei mittlerer Hitze 5 Minuten köcheln, dabei ständig rühren, bis die Masse sich goldbraun verfärbt. Vom Feuer nehmen, die Sahne unterrühren, Nüsse darunter mischen.

Die Masse auf dem Boden verteilen und noch einmal bei 200 Grad ca. 15 Minuten backen. Darauf achten, dass die Masse dabei nicht zu dunkel wird.

Abgekühlt in Streifen oder große Würfel schneiden. Dafür ein sehr scharfes Messer verwenden, evtl. auch ein Elektromesser.

Liquore all' arancia

Orangenlikör



Zutaten:

0,7 l Wodka (40 %ig)
300 g weißer Zucker
250 ml Wasser
250 ml trockener Weißwein
6 Bio-Orangen
4 Sternanis

Dieses Rezept
stammt
aus dem Kurs :
Bella Napoli
unserer Dozentin

*Claudia
Reitzheim*

Zubereitung:

Den Wein zusammen mit Zucker und Wasser aufkochen. Die Flüssigkeit einkochen, bis sie eine sirupartige Konsistenz bekommt. Die Orangen waschen und die Schale dünn abschälen. Dann die Orangen halbieren und den Saft mit einer Zitruspresse auspressen.

Orangenschale, Orangensaft und Sternanis zum Sirup geben und völlig auskühlen lassen. Den Wodka in den Orangensirup gießen und zugedeckt ca. 1 Woche kalt gestellt ziehen lassen. Dann den Likör abseihen, in Flaschen füllen und verschließen.

Tortano napoletano gefüllter Pizzabrot-Kranz

Zutaten für ca. 12 Personen:

15 g frische Hefe
2 EL Olivenöl
1 EL Akazienhonig
300 ml lauwarmes Wasser
250 g Mehl Typ 550
150 g Hartweizengrieß
1 EL Meersalz
1 Büffelmozzarella, in kleine Würfel geschnitten
2 Handvoll getrocknete Tomaten,
klein gehackt
2 Handvoll gemischte Knoblaucholiven,
klein gehackt
1 Handvoll frisches Basilikum, grob
gehackt

Zubereitung:

Die Hefe zerbröseln und zusammen mit Olivenöl und Honig im lauwarmen Wasser auflösen. Ein paar Minuten stehen lassen bis sich kleine Bläschen bilden.

Mehl, Hartweizengrieß und Salz in eine Schüssel geben. Die Flüssigkeit dazugeben und mit der Küchenmaschine zu einem Teig verkneten. Sollte der Teig etwas zu weich sein, ggf. noch etwas Mehl hinzufügen.

Den Teig in eine gefettete Schüssel legen und mit einem feuchten Geschirrtuch bedeckt etwa 30 bis 40 min gehen lassen.

Anschließend auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem etwa 1 cm dicken Rechteck ausrollen.

In die Mitte werden nun Büffelmozzarella, getrocknete Tomaten, Oliven und Basilikum gegeben. An den Enden ein wenig Platz lassen. Die Seiten nun zur Mitte hin umschlagen, sodass eine Wurst entsteht.

Die Enden der Wurst zu einem Kranz zusammenlegen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit Backpapier abdecken und nochmals 30 Minuten gehen lassen. Anschließend bei 200° C Ober-/Unterhitze 20 bis 25 min backen.



Dieses Rezept
stammt
aus dem Kurs :
Bella Napoli
unserer Dozentin

*Claudia
Reitzheim*

Sabzi Khordan Esskräuter



Dieses Rezept stammt
aus dem Kurs :

Die Küche Persiens
unserer Dozentin

Christiane Ahmadi

Zutaten (z.B.)

glatte Petersilie

Minze

Koriander

Dill

Estragon

Schnittknoblauch (auch als
Knolau oder chinesischer
Schnittlauch bekannt)

Radieschen

Sabzi Khordan ist die persische Variante zu grünem Salat. Die geputzten und gewaschenen Kräuter werden zusammen mit Radieschen, die in Persien ebenfalls zu den grünen Kräutern zählen, zu jedem Essen gereicht. Hierbei macht man sich die medizinische Wirkung der Kräuter zunutze: Sie wirken nicht nur appetitanregend, sondern beugen auch Verdauungsproblemen vor. Jeweils ein Stängel werden ohne Dressing auf einem Teller angerichtet

Hintergrundwissen:

In der persischen Küche praktiziert man die Trennung von Vorspeisen und Hauptgerichten für gewöhnlich nicht. Man serviert sie in der Regel als Begleiter zum Hauptgang. Das Rezept kann aber nach europäischem Verständnis durchaus als Vorspeise Verwendung finden. Dazu reicht man frisches Fladenbrot.

Soupe Adasi

Rote Linsensuppe



Zutaten für 4 Personen

1 Zwiebel, mittelgroß
2 Knoblauchzehen (gepresst)
1 Tasse rote Linsen
1TL Paprikapulver
2TL Tomatenmark
2TL Koriander (gemahlen)
1TL Kreuzkümmel (gemahlen)
Ghee (Butterschmalz) oder Butter
1l Gemüsebrühe (instant)
Salz

Zubereitung:

Die Linsen in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und hacken. Ghee in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin braun anbraten. Knoblauch und Koriander dazugeben, vermischen und noch etwas mitbraten. Mit Gemüsebrühe ablöschen, Linsen, Tomatenmark, Kreuzkümmel und Paprika in den Topf geben und zum Kochen bringen.

Die Suppe muss solange köcheln, bis die Linsen weich sind und zerfallen. Bei Bedarf etwas Wasser angießen.

Die Suppe eventuell pürieren, damit sie schön sämig ist. Zum Schluss mit Salz abschmecken.

Dieses Rezept
stammt
aus dem Kurs :
Die Küche Persiens
unserer Dozentin
*Christiane
Ahmadi*

Khores-e badenschan Lammragout mit Auberginen



Zutaten für 8 Personen

1 kg Lammfleisch ohne Knochen
8 Auberginen
4 große Tomaten
4 zwiebeln
4 Knoblauchzehen
6 Limu amani (getrocknete Limonen oder 3-4EL Zitronensaft)
1TL Kurkuma
Salz & Pfeffer
Öl

Zubereitung:

Die Auberginen schälen, längs halbieren und in die Mitte jeder Hälfte einen langen Schlitz schneiden. Gut salzen und zur Seite legen damit das Salz wirken kann.

Das Öl in der Pfanne erhitzen und die Auberginen von beiden Seiten braun braten, anschließend zur Seite stellen.

Zwiebeln und Knoblauch hacken und in einem Topf ebenfalls goldbraun braten, dann das Kurkuma und das in kleine Würfel geschnittene Lammfleisch dazu geben und für weitere 10 Minuten braten. Etwas Pfeffer darüber streuen, die frischen Tomaten direkt in den Topf reiben und das Tomatenmark dazu geben.

Auf kleiner Flamme 10min köcheln lassen bis es etwas eindickt. Mit einem halben Liter kochenden Wasser aufgießen und die eingeritzten, getrockneten Limonen beifügen. Das ganze bei schwacher Hitze 1,5 Stunden kochen lassen.

Sollte die Flüssigkeit zu wenig werden, immer ein bisschen kochendes Wasser nachgießen.

Mit Salz abschmecken und die gebratenen Auberginenscheiben auf das Fleisch legen und für weitere 30 Minuten sanft schmoren lassen. Das fertige Lammragout wird mit Reis serviert.



Dieses Rezept
stammt
aus dem Kurs :
Die Küche Persiens
unserer Dozentin
*Christiane
Ahmadi*

Albondigas in Tomatensauce

Spanische Hackfleischbällchen-Tapa

Zutaten für 4 Personen:

500g gemischtes Hack
20g Pinienkerne
2 Knoblauchzehen, gepresst oder
mit Salz zu einer Paste verrieben
1 Ei
etwas Paniermehl
etwas Petersilie, gehackt
Salz / Pfeffer (frisch aus der Mühle)
etwas Olivenöl zum Braten



Zutaten für die Sauce

250g Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
2 getrichene TL getrockneter Thymian
2 Lorbeerblätter
1 TL Zucker
1 gr. Dose Tomaten, im eigenen Saft. Ca. 800g, grob zerkleinert
1TL Gemüsebrühenpulver, instant
Pfeffer (frisch aus der Mühle)

Zubereitung:

Das Hackfleisch mit den Zutaten ordentlich verkneten und daraus kleine Bällchen formen. Das Rezept ergibt etwas 40 walnussgroße Bällchen.

Die Bällchen in etwas Olivenöl von allen Seiten bei mittlerer Hitze soweit anbraten, dass sie nicht mehr auseinander fallen, Herausnehmen und beiseite stellen.

Sauce:

Die Zwiebeln fein würfeln, den Knoblauch in feine Scheiben schneiden und zusammen mit dem verbliebenen Bratfett glasig dünsten. Die Lorbeerblätter und den Thymian zugeben und weitere 2 Minuten weiterdünsten, mit Zucker bestreuen, die grob zerkleinerten Tomaten zugeben und einmal aufkochen lassen.

Die Sauce mit Salz, Pfeffer, Gemüsebrühe und etwas Chili abschmecken und weitere 20 Minuten, bzw. solange bis die Sauce sämig wird leise weiterköcheln.

Zum Schluss die Hackfleischbällchen in die Sauce geben und darin gar ziehen lassen.

Die Hackfleischbällchen in der Sauce entweder kalt oder warm servieren, dazu frisches Weißbrot und frische Aioli.

Tipp von Markus:

Ich friere die Bällchen immer zu zehnt samt Sauce ein. So habe ich immer schnell eine Portion Tapas aufgetaut, die ich mit anderen Kleinigkeiten servieren kann.

Dieses und die zwei
folgenden Rezepte
stammen

aus dem Kurs:

Meet and Cook

unseres Dozenten

Markus Classen

Spanische Aioli

Zutaten für 8 Portionen:

4 Eigelb
8 Knoblauchzehen
2 TL Senf
2 TL Zitronensaft
Salz
Öl nach Bedarf

Zubereitung:

Bis auf das Öl alle Zutaten in einen Mixer geben und durchmischen.

Anfangs das Öl tröpfchenweise zugeben, dann langsam zugießen bis eine homogene Masse entsteht (Welches Öl bleibt euch überlassen. Aber verzichtet auf Olivenöl. Wenn es unbedingt sein muss, dann nur einen Teil, weil es sehr geschmacksintensiv ist). Bis zum Verzehr kühl stellen.

Hinweis von Markus:

Die genaue Ölmenge hängt von der Größe der Eier ab. Hier ist entscheidend, wie viel die Eigelbe an Öl aufnehmen können.

Gedrehtes Baguette

Zubereitung am Besten am Vortag



Zutaten für 1 Portion:

500g Dinkelmehl Typ 630

300ml eiskaltes Wasser

1/4 Würfel Hefe

1 1/2 TL Salz

1 Prise Zucker

Zubereitung:

Alle Zutaten verkneten. Der Vorgang sollte ca. 5 Minuten dauern. Den Teig in ein ausreichend großes, bemehltes rundes Gefäß mit Deckel geben. Deckel darauf und für 10- 12 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Backofen auf 240°C Ober/Unterhitze vorheizen.

Teig erst dann aus dem Kühlschrank holen. Er sollte gut aufgegangen sein (mindestens doppelt so hoch. Auf ein bemehltes Brett stürzen, nicht mehr kneten! Mit einem Spachtel oder Messer in 3 gleiche Teile teilen und jeden Teigstrang etwa 2 Mal drehen.

Die Brote nicht mehr gehen lassen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Sofort in den Ofen geben. 2. Stufe von unten.

Ca. 15 Minuten bei 240°C backen, dann die Temperatur auf 220°C runterschalten und etwa weitere 15 Minuten backen (je nach gewünschter Bräunung).

**Wir wünschen viel
Freude beim Kochen
zu Hause und freuen uns
Sie hoffentlich bald
wieder in unseren
Kochkursen begrüßen
zu können.**

Ihr Fabi-Team



**Ev. Familien-Bildungsstätte
Hannover e.V.**

Evangelische Familien-Bildungsstätte Hannover e.V.
Archivstraße 3
30169 Hannover

www.fabi-hannover.de
insta: [ev_fabi_hannover](#)
facebook: [evangelischeFabiHannover](#)

Tel. 0511 1241-542
info@fabi-hannover.de