

MELODY BAKER

SAVORING A SWIFTIE'S CULINARY JOURNEY TAYLOR



SCHMECKE DIE MUSIK -
DEIN INOFFIZIELLES TICKET IN
TAYLOR SWIFTS KÜCHE!

GU

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	7
WELCOME TO TAYLOR'S KITCHEN	8
Fearless Overnight Oats	10
Clean Green Smoothie	12
Anti-Hero Avocado Bread	14
Begin Again Breakfast Bowl	16
The Archer Avocado, Tomato & Melon Salad	18
Afterglow Citrus Salad	20
Lover Lemonade	22
New Romantics Rosé Spritz	24
The Best Day Orange Maple Plate	26
SONGS OF COMFORT	28
Bad Blood Tomato Soup	30
Cardigan Creamy Mushroom Pot Pie	32
You Belong with Brie	34
Grilled Cheese on Sourdough Bread	36
Quick & Easy Pasta	38
Red Spaghetti & Meatballs	40
New Year Lasagna (Taylor's Version)	42
Out of the Woods Mushroom Risotto	44
Treacherous Arrabbiata Pasta	46
State of Grace Carbonara with smoked Tofu	48
Tim McGraw Butter Cookies	50



THE PARTY CHAPTER

Welcome to New York Bagels
Never Ever Nachos
Sparks Fly Spicy Tacos
Fajitas with Mole Sauce
Blank Space Sourdough Pizza
Style Sushi Rolls
Timeless Avocado Cucumber Salad
with Salmon
Shake It Off Sourdough Waffles

SWEETS LIKE TAYLOR

Teardrops Sourdough Blueberry Muffins
Love Story Sourdough Strawberry Tart
The 1 Chocolate Cake
American Dynasty Sourdough Apple Cake
August Peach Lavendar Sorbet
All Too Well Apple Sourdough Crumble
This Love Lavender Cookies
Karma Chai Latte
Delicate Macarons
Trouble Chocolate Fondue
The Lakes Berry Crumble
Cornelia Street Cherry Clafoutis
Forever and Always Mango Cookie Layer

52	TAYLOR'S GLOBAL INSPIRATIONS	98
54	Gold Rush Sourdough	100
56	Sourdough White Bread (Funfetti)	102
58	Invisible String Spaghetti	104
60	Holy Ground Velvet Ravioli	106
62	Long Live Mughlai Chicken	108
64	Cruel Summer Bowl	110
	Enchanted Sourdough Fairy Cakes	112
66	Paper Rings Berry Yoghurt Parfait	114
68	Daylight Sourdough Cinnamon Knots	116
	Our Song Vanilla Ice Cream with	
70	Sourdough Waffles	118
72		
74	THE MIDNIGHT CHAPTER	120
76	Midnights Dark Chocolate Tart	122
78	Mirrorball Cake Pops	124
80	Snow on the Beach Coconut Bites	126
82	Bejeweled Fruit Salad	128
84	Maroon Velvet Whoopies	130
86	Evermore Energy Bites	132
88	Wildest Dreams Berry Smoothie	134
90	Exile Spiced Orange Tea	136
92	December Chocolate Latte	138
94		
96	Register	140
	Impressum	144





Jeder Morgen ist ein neuer Anfang. In Taylors Küche beginnt er mit frischen Zutaten, leichten Rezepten und einfachen Kombinationen, die guttun.



Lass dich von der Leichtigkeit dieses Kapitels verzaubern und starte deinen Tag mit Sonnenlicht und guter Laune.



FEARLESS OVERNIGHT OATS

INSPIRIERT VON: FEARLESS

»MUTIG ZU SEIN BEDEUTET, DEN TAG MIT EINEM LÄCHELN ZU BEGINNEN - UND DIESE OATS HELFEN DIR DABEI.«

Diese Overnight Oats sind ein unkomplizierter Start in den Tag. Haferflocken, Banane und Himbeeren verbinden sich über Nacht zu einer cremigen Mischung, die morgens nur noch kurz gerührt werden muss. Ein paar Nüsse und etwas Zimt geben dem Frühstück eine warme, leicht knusprige Note.

ZUTATEN

2 Bananen
6 getrocknete Pflaumen
80 g feine Haferflocken
4 EL Leinsamen
500 ml ungesüßter Haferdrink
(oder Dinkelmilch)
200 g Himbeeren oder andere
saisonale Früchte
2 EL Nusskerne (z. B. Walnüsse
oder Haselnüsse)
Zimtpulver zum Bestreuen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Kühlzeit: über Nacht

Portionen: 2

- 1 Die Bananen schälen und in Scheiben schneiden. Die Pflaumen klein schneiden. Beides mit Haferflocken, Leinsamen und Haferdrink in einem Topf oder einer Schüssel vermengen, abdecken und über Nacht im Kühlschrank quellen lassen.
- 2 Am nächsten Morgen die Mischung noch einmal gut durchrühren. Falls sie zu dick geworden ist, etwas Haferdrink dazugeben. Die Himbeeren verlesen, vorsichtig waschen und trocken tupfen.
- 3 Die Oats auf zwei Schüsseln verteilen. Die Hälfte der Himbeeren und der Nüsse darübergeben und alles mit etwas Zimtpulver bestreuen.

PASST DAZU:
Ein Matcha Latte



LOVER LEMONADE

INSPIRIERT VON: LOVER

»LIMONADE IST WIE LIEBE – MANCHMAL SÜSS, MANCHMAL SAUER, ABER IMMER ERFRISCHEND.«

Diese Limonade ist frisch, leicht und genau richtig für einen warmen Nachmittag. Zitronensaft, eine milde Süße und ein paar Minzblätter sorgen für eine klare, unkomplizierte Mischung – genau die Art von Getränk, das man gern mit Freunden teilt.

ZUTATEN

4 Zitronen, frisch gepresst
100 g Zucker
1 Liter Wasser
frische Minzblätter
Eiswürfel

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Portionen: 4 Gläser

- 1 Den Zucker zusammen mit etwa 200 ml Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und rühren, bis er sich vollständig aufgelöst hat. Den Sirup kurz aufkochen lassen, dann vom Herd ziehen und etwas abkühlen lassen.
- 2 Die Zitronen auspressen und den Saft zum Sirup geben. Mit dem restlichen Wasser auffüllen und alles gut verrühren.
- 3 Die Limonade in einen Krug füllen. Eiswürfel und einige frische Minzblätter hinzufügen.
- 4 In Gläser gießen und sofort servieren.

TIPP

Zitronenscheiben und frische Lavendelzweige passen besonders schön zu dieser Limonade.

PASST DAZU:
Frische Erdbeeren
und ein
Zitronensorbet



RED SPAGHETTI & MEATBALLS

INSPIRIERT VON: RED

»DAS IST DAS GERICHT, DAS DU FÜR EINEN ABEND MIT DEINEN LIEBLINGSMENSCHEN MACHST – WARM, INTENSIV UND VOLLER HERZ.«

»Loving him was red ...« Dieses Gericht bringt genau die Art von Energie auf den Tisch, die auch der Song trägt: kräftig, warm und ein bisschen dramatisch. Spaghetti, würzige Hackbällchen und geschmolzener Mozzarella werden im Ofen überbacken und direkt im Glas serviert – ein einfaches Gericht, das trotzdem Eindruck macht.

ZUTATEN

2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
6–8 EL Olivenöl
1 große Dose stückige Tomaten (800 g)
Salz
Pfeffer
600 g gemischtes Hackfleisch
1 TL mittelscharfer Senf
1 TL getrockneter Oregano
1 TL rosenscharfes Paprikapulver
500 g Spaghetti
2 Kugeln Mozzarella (250 g)

Außerdem

4 hitzefeste Gläser oder kleine Auflaufformen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Backzeit: ca. 15–20 Minuten

Portionen: 4

- 1 Für die Tomatensauce eine Zwiebel und eine Knoblauchzehe schälen und fein würfeln. 2 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Würfel darin kurz glasig dünsten. Die Tomaten hinzufügen und etwa 15 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 2 Für die Hackbällchen die zweite Zwiebel und Knoblauchzehe fein hacken. Mit Hackfleisch, Senf, Oregano, Paprikapulver, Salz und Pfeffer gründlich vermengen und etwa walnussgroße Bällchen formen.
- 3 Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Hackbällchen rundherum anbraten.
- 4 Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Die gekochten Spaghetti in die Gläser oder Formen geben, Hackbällchen und Tomatensauce darauf verteilen. Mozzarella in Scheiben schneiden und darüberlegen.
- 5 Im Ofen etwa 15–20 Minuten überbacken, bis der Käse geschmolzen und leicht gebräunt ist.

PASST DAZU:
Ein Glas Rotwein
und ein paar
eingelegte Oliven



WELCOME TO NEW YORK BAGELS

INSPIRIERT VON: WELCOME TO NEW YORK

»MANCHE STÄDTE SCHMECKEN NACH ABENTEUER.«

Der Duft von frisch gebackenen Bagels gehört zu New York wie ein früher Morgen in der Stadt. Außen leicht knusprig, innen weich und dicht – genau so müssen sie sein. Mit ihrer würzigen Kruste und der typischen Form sind sie mehr als nur ein Frühstück. Sie stehen für einen Tisch, an dem alles zusammenkommt: Kaffee, Gespräche und ein Moment, der nach Aufbruch schmeckt.

ZUTATEN

Für die Bagels

5 g frische Hefe
2 TL Rohrohrzucker
1 TL Backmalz (nach Belieben)
300 ml lauwarmes Wasser
500 g Weizenmehl (Type 550)
Salz

2 EL vegane Sojacreme

Für den Everything-Mix

1 TL Sesam
1 TL getrocknete Zwiebeln
1 TL Mohn
½ TL Knoblauchpulver
½ TL Fleur de Sel
1 TL Schwarzkümmelsamen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Ruhezeit: ca. 2-4 Stunden + 30 Minuten

Backzeit: ca. 30-35 Minuten

Portionen: 8

- 1 Die Hefe zusammen mit dem Zucker und nach Belieben dem Backmalz im lauwarmen Wasser auflösen. Das Mehl und etwas Salz dazugeben und alles zu einem glatten Teig kneten. Abgedeckt 2-4 Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen deutlich vergrößert hat.
- 2 Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche noch einmal durchkneten und in 8 gleich große Stücke teilen. Zu Kugeln formen, dann mit den Fingern ein Loch in die Mitte drücken und zu Bagels ausweiten. Abgedeckt weitere 30 Minuten ruhen lassen.
- 3 Für den Everything-Mix alle Zutaten in einer kleinen Schüssel mischen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.
- 4 Etwa 2 Liter Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und die Hitze reduzieren, sodass es nur noch leicht köchelt. Die Bagels portionsweise hineingeben und 1-2 Minuten pro Seite ziehen lassen. Herausnehmen, gut abtropfen lassen und auf das Backblech legen.
- 5 Die Bagels mit Sojacreme bestreichen und mit dem Everything-Mix bestreuen.
- 6 Im heißen Ofen auf mittlerer Schiene 30-35 Minuten backen, bis sie goldbraun sind.

PASST DAZU:
Frischkäse,
Radieschen und
Schnittlauch



SHAKE IT OFF SOURDOUGH WAFFLES

INSPIRIERT VON: SHAKE IT OFF

»WENN DAS LEBEN DIR STRESS BRINGT, MACH WAFFELN.«

Diese Waffeln sind genau die Art von Frühstück, die den Tag leichter macht. Ein lockerer Teig, leicht knusprige Ränder und eine frische Kombination aus Beeren und Nüssen. Warm serviert, direkt aus dem Waffeleisen, ohne viel Aufwand.

ZUTATEN

Für die Waffeln

75 g Dinkelsauerteigansatz
150 g Dinkelmehl (Type 630)
50 g Butter
2 Eier (L)
75 ml Wasser
Salz

Für das Topping

125 g Johannisbeeren
30 g gehackte Haselnusskerne
150 g saure Sahne

Außerdem

Waffeleisen
Öl für das Waffeleisen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

Ruhezeit: ca. 12 Stunden + 1 Stunde

Portionen: 6 Waffeln

- 1 Für den Teig den Sauerteigansatz mit Wasser und 75 g Mehl in einer Schüssel verrühren. Abgedeckt etwa 12 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen.
- 2 Am nächsten Tag die Butter schmelzen. Restliches Mehl, Eier, eine Prise Salz und die Butter zum Teig geben und glatt verrühren. Abgedeckt etwa 1 Stunde ruhen lassen.
- 3 Inzwischen die Johannisbeeren waschen, trocknen und von den Rispen zupfen. Die Haselnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften.
- 4 Das Waffeleisen vorheizen und leicht einfetten. Den Teig portionsweise einfüllen und die Waffeln in etwa 4 Minuten goldbraun backen.
- 5 Mit saurer Sahne, Beeren und Haselnüssen servieren.

PASST DAZU:
Ein Kaffee und
ein entspannter
Morgen



ALL TOO WELL APPLE SOURDOUGH CRUMBLE

INSPIRIERT VON: ALL TOO WELL (10 MINUTE VERSION)

»MANCHMAL SIND DIE BESTEN DINGE IM LEBEN BITTERSÜSS.«

Dieses Rezept ist wie der Song – bittersüß, voller Schichten und mit einer knusprigen Sauerteigkruste, die zerbrechliche, aber schöne Erinnerungen zurückruft. Perfekt für einen Herbstabend, wenn die Blätter fallen und die Nostalgie dich einholt.

ZUTATEN

Für die Streusel

120 g Mehl
50 g kernige Haferflocken
100 g brauner Zucker
1 Prise Salz
80 g Butter
100 g Sauerteigstarter

Für die Füllung

4 säuerliche Äpfel (z. B. Boskop)
2 EL Zitronensaft
1 TL Zimt
1 Pck. Vanillezucker
30 g brauner Zucker

Außerdem

Auflaufform
Butter für die Form

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Backzeit: ca. 30 Minuten

Portionen: 6-8

- 1 Den Backofen auf 200 °C vorheizen.
- 2 Für die Streusel Mehl, Haferflocken, 100 g Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Die Butter schmelzen und zusammen mit dem Sauerteigstarter zugeben. Mit einem Löffel zu krümeligen Streuseln verarbeiten.
- 3 Eine Auflaufform einfetten.
- 4 Die Äpfel schälen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln und mit Zimt, Vanillezucker und dem restlichen Zucker mischen.
- 5 Die Apfelstücke in der Form verteilen und die Streusel gleichmäßig daraufgeben.
- 6 Im Ofen (Mitte) etwa 30 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist.
- 7 Den Crumble aus dem Ofen nehmen, etwas abkühlen lassen und warm servieren.

PASST DAZU:
Vanillesauce



SOURDOUGH WHITE BREAD (FUNFETTI)

INSPIRIERT VON: ME!

»MANCHMAL IST EINFACH DAS EIGENE GENAU DAS RICHTIGE.«

Dieses Brot ist die einfache, klare Basis. Außen knusprig, innen weich und saftig. Es passt zum Frühstück genauso wie zu herzhaften Belägen und lebt von seinem milden Sauerteigaroma. Es ist genau die Art Rezept, die sich leicht anpassen lässt, ohne ihren Charakter zu verlieren. Wie wäre es beispielsweise mit der Funfetti-Variante?

ZUTATEN

500 g Weizenmehl (Type 550)
100 g Sauerteigstarter (aktiv, mild)
270–300 ml Wasser (lauwarm)
10 g Salz

Für die Variante

3–4 EL bunten Zucker

Außerdem

etwas Öl und Mehl zum Arbeiten
Gärkörbchen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Ruhezeit: ca. 2–3 Stunden

Backzeit: ca. 35 Minuten

Portionen: 1 Brot

- 1 Mehl und Sauerteigstarter mischen. Wasser nach und nach zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Kurz ruhen lassen, dann das Salz einarbeiten und weiterkneten, bis der Teig elastisch ist.
- 2 In eine geölte Schüssel geben und abgedeckt etwa 1 Stunde ruhen lassen.
- 3 Den Teig zweimal im Abstand von je 30 Minuten dehnen und falten.
- 4 Auf bemehlter Fläche länglich formen, dabei Spannung aufbauen. Mit der Naht nach unten in ein bemehltes Gärkörbchen legen und gehen lassen, bis der Teig sichtbar aufgegangen ist.
- 5 Backofen auf 250 °C vorheizen. Teig auf Blech oder Stein stürzen, einschneiden und backen. Nach 15 Minuten auf 220 °C reduzieren und insgesamt etwa 35 Minuten backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Variante: Funfetti Sourdough

Zuckerstreusel beim ersten Falten vorsichtig in den Teig einarbeiten. Beim Backen entstehen sichtbare Farbpunkte im Inneren.

PASST DAZU:
Butter und Honig
oder einfach pur,
in Scheiben
geschnitten



CRUEL SUMMER BOWL

INSPIRIERT VON: CRUEL SUMMER

»MANCHMAL BRAUCHT EIN TAG NUR ETWAS FRISCHE.«

Diese Bowl ist frisch, leicht und gleichzeitig sättigend. Warme Süßkartoffeln treffen auf Quinoa, knackiges Gemüse und fruchtige Akzente. Die Kombination wirkt unkompliziert, hat aber genug Tiefe, um als vollständiges Gericht zu funktionieren.

ZUTATEN

1 Süßkartoffel (ca. 300 g)
300 g grüne Bohnen
(frisch oder TK)
1 Dose Mais
(ca. 285 g Abtropfgewicht)
2 Tomaten
250 g Quinoa
500 ml Gemüsebrühe
1 EL Tomatenmark
1 TL Kreuzkümmel
2 EL Jalapeños
(in Ringen, aus dem Glas)
1 reife Avocado
2 EL Limettensaft
½ Granatapfel
Salz
Pfeffer

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 35 Minuten

Portionen: 4

- 1 Die Süßkartoffel schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Die Bohnen vorbereiten. Den Mais in ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Die Tomaten würfeln. Die Quinoa in einem Sieb heiß abspülen.
- 2 Die Gemüsebrühe mit Tomatenmark, Kreuzkümmel und Jalapeños in einem Topf verrühren. Süßkartoffel, Bohnen, Mais, Tomaten und Quinoa zugeben und alles aufkochen.
- 3 Bei mittlerer Hitze etwa 20–25 Minuten offen garen, bis die Flüssigkeit aufgenommen ist. Zwischendurch umrühren.
- 4 Inzwischen die Avocado halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch würfeln. Sofort mit Limettensaft beträufeln. Die Kerne aus dem Granatapfel lösen.
- 5 Die fertige Quinoa-Mischung mit Salz, Pfeffer und etwas Limettensaft abschmecken. Auf Schalen verteilen und mit Avocado und Granatapfel bestreuen.

PASST DAZU:
Ein kaltes Getränk
und ein später
Sommerabend
draußen



OUR SONG VANILLA ICE CREAM WITH SOURDOUGH WAFFLES

INSPIRIERT VON: OUR SONG

»MANCHE REZEPTE HABEN IHRE EIGENE MELODIE.«

Vanilleeis ist einer dieser Klassiker, die immer funktionieren. Der Geschmack ist klar, weich und vertraut. Zusammen mit warmen Waffeln entsteht genau die Kombination, die man nicht erklären muss – die einfach passt. Die Waffeln bringen eine leichte Struktur, außen zart knusprig, innen weich. Das Eis schmilzt langsam darüber und verbindet alles. Ein Dessert, das ruhig wirkt und genau dadurch in Erinnerung bleibt.

ZUTATEN

Für das Vanilleeis

1 Vanilleschote
250 ml Milch
250 g Sahne
4 Eigelbe
90 g Zucker

Für die Sauerteigwaffeln

75 g Sauerteigstarter (mild)
150 g Mehl
2 Eier
50 g Butter
75 ml Milch
1 TL Backpulver
1 Prise Salz

Außerdem

Eismaschine zum Kühlen
Waffeleisen

ZUBEREITUNG

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten

Portionen: 2

- 1 Für das Eis die Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Milch und Sahne zusammen mit Mark und Schote in einem Topf erhitzen, kurz ziehen lassen und die Schote entfernen.
- 2 Eigelbe und Zucker cremig rühren. Die warme Milchemischung langsam unter Rühren zugeben. Alles zurück in den Topf geben und bei niedriger Hitze unter ständigem Rühren erhitzen, bis die Masse leicht andickt. Nicht kochen lassen.
- 3 Die Eismasse abkühlen lassen und anschließend in der Eismaschine cremig gefrieren. Alternativ in den Gefrierschrank geben und regelmäßig durchrühren.
- 4 Für die Waffeln die Butter schmelzen. Sauerteigstarter, Eier, Milch und Butter verrühren. Mehl, Backpulver und Salz zugeben und zu einem glatten Teig verarbeiten.
- 5 Das Waffeleisen vorheizen und leicht einfetten. Den Teig portionsweise einfüllen und die Waffeln goldgelb backen.
- 6 Das Vanilleeis mit den warmen Waffeln servieren.

PASST DAZU:
Frische Beeren
und dein
Lieblingstee

Schmecke die Musik - dein inoffizielles Ticket in **Taylor Swifts** Küche!

Stell dir vor, du könntest deine Lieblingssongs nicht nur hören, sondern schmecken. *Savoring Taylor: A Swiftie's Culinary Journey* verwandelt die größten Hits und emotionalsten Momente der Pop-Ikone in 60 einzigartige Gerichte. Von der nostalgischen Wärme eines »All Too Well« Apple Crumbles bis hin zum ultimativen Geheimnis hinter Taylors weltberühmtem Sauerteig-Hype – dieses Buch bringt die Magie der Eras Tour direkt auf deinen Teller.

Wir haben tief in Taylors kulinarisches Universum geblickt. Entdecke ihre persönlichen Favoriten, zaubere gesunde Snacks für lange Studio-Sessions oder feiere mit interaktiven Party-Rezepten, die jeden Mädelsabend unvergesslich machen. Ob du ein Reputation-Rebell oder ein Lover-Romantiker bist: Hier findest du den Geschmack, der genau zu deiner Stimmung passt.



Deine Highlights:

The Eras on a Plate: 60 Songs, 60 Rezepte – kreativ, gesund und voller Emotionen

Der Sourdough-Effekt: exklusive Tipps und Rezepte rund um Taylors neue Back-Leidenschaft

Swiftie Approved: perfekt für Watch-Partys, Brunch-Dates und magische Momente mit Freunden

Schnapp dir deine Schürze und lass den Ofen glühen.

Are you ready for it?



www.gu.de

ISBN 978-3-7589-0587-2

