

Nico Stanitzok

KÜCHENRATGEBER

SWEETS FOR RAINY DAYS

Süße Glückmacher



G|U

INHALT

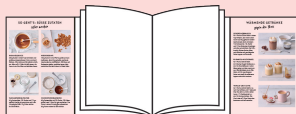
*So geht's: Öffnen Sie die Klappen dieses Buches.
Dort finden Sie die wichtigsten Infos zum Thema auf einen Blick!*

DAS PRINZIP
SWEETS



DIE PERFekte
KOMBI

Immer griffbereit:
SO GEHT'S:
SÜSSE ZUTATEN
SELBER MACHEN



Immer griffbereit:
WÄRMENDE
GETRÄNKE
GEGEN DEN BLUES



Die Backzeiten können je nach Herd variieren. Unsere Temperaturangaben beziehen sich auf das Backen im Elektroherd mit Ober- und Unterhitze.

UNSER GUT-
TUN

Wussten Sie schon, dass ...?
Entdecken Sie bei einigen ausgewählten Rezepten ganz besondere Tipps mit verblüffendem Insiderwissen. Aha-Momente garantiert!

REZEPTKAPITEL



06 SÜSSE SÜNDEN



22 LÖFFELGLÜCK



38 KUCHEN & GEBÄCK

- 04 Der Autor
- 05 Die schnellste Nougat-Mousse
- 40 Coverrezept
- 60 Register
- 62 Impressum



SÜSSE SÜNDEN

*Zum Naschen und
Dahinschmelzen*

NUSS-KARAMELL-RIEGEL

mit zartem Schmelz

FÜR DEN BODEN

150 g weiche Butter
100 g Zucker
150 g Mehl
1 TL Backpulver

FÜR DIE KARAMELL- SCHICHT

200 g Zucker
100 g Sahne
80 g Butter
1 Prise Salz

FÜR DAS TOPPING

150 g Zartbitterschokolade
150 g gehackte Haselnusskerne

AUßERDEM

1 rechteckige Backform
(ca. 20 × 30 cm)

*Einfach
unwiderstehlich!*

1 Den Backofen auf 180° vorheizen. Eine rechteckige Backform (ca. 20 × 30 cm) mit Backpapier auslegen. Für den Boden die weiche Butter mit dem Zucker in einer Rührschüssel hellcremig rühren. Mehl und Backpulver dazusieben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig gleichmäßig in die vorbereitete Form drücken und im Ofen (Mitte) 15–20 Min. backen. Die Form herausnehmen und den Boden abkühlen lassen.

2 Für die Karamellschicht den Zucker in einem Topf mit schwerem Boden bei niedriger bis mittlerer Hitze goldbraun karamellisieren lassen. Dann die Sahne, die Butter und das Salz hinzufügen. Alles aufkochen lassen und verrühren, bis sich die Zutaten zu einem glatten Karamell verbunden haben. Die Karamellmasse gleichmäßig auf dem gebackenen Boden verstreichen und abkühlen lassen.

3 Für das Topping die Zartbitterschokolade hacken, in einer hitzebeständigen Schüssel über einem heißen Wasserbad schmelzen und wieder etwas abkühlen lassen. Die gehackten Haselnusskerne auf der Karamellschicht verteilen und leicht eindrücken. Die noch flüssige Schokolade darübergießen und glatt streichen. Anschließend die Form für mindestens 1 Std. in den Kühlschrank stellen.

4 Die feste Platte in 24 Stücke (ca. 3 × 7 cm) schneiden und die Nuss-Karamell-Riegel gleich servieren oder luftdicht und kühl aufbewahren.





Für 4 Personen • 15 Min. Zubereitung • Pro Portion ca. 440 kcal, 6 g E, 14 g F, 51 g KH

WARMER GRIESSBREI

Herzenswärmer mit Banane und Vanilleeis

2 Bananen
500 ml Milch
50 g Weichweizengriß
2 EL Zucker
1 EL Butter
4 Kugeln Vanilleeis
250 g Fruchtgrütze (aus dem Kühlregal)

- 1 Die beiden Bananen schälen und quer in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden.
- 2 Die Milch in einem Topf erhitzen. Den Griß unter ständigem Rühren einrieseln lassen und alles kurz aufkochen, dann den Topf beiseiteziehen. Zucker und Butter unterrühren und den Grißbrei ca. 1 Min. ruhen lassen.
- 3 Den warmen Grißbrei auf vier Schälchen verteilen und mit den Bananenscheiben belegen. Alles jeweils mit einer Kugel Vanilleeis und 2 EL Fruchtgrütze toppen und den Grißbrei warm servieren.



Für 4 Personen • 30 Min. Zubereitung • Pro Portion ca. 515 kcal, 9 g E, 24 g F, 65 g KH

KARAMELL-MILCHREIS DELUXE

warm oder kalt ein Genuss

25 g weiße Schokolade
1 Vanilleschote
500 ml Milch
200 g Sahne
50 g Zucker
200 g Milchreis
50 g kalte Butter

AUSSERDEM

50 g Zartbitterschokolade
100 g Karamellsauce
50 g gehackte Walnusskerne

- 1 Die weiße Schokolade grob raspeln. Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Die Milch mit der Sahne, Zucker, Vanilleschote und -mark in einem Topf erhitzen. Den Milchreis einstreuen und unter gelegentlichem Rühren mit halb aufgelegtem Deckel bei niedriger Hitze ca. 25 Min. köcheln lassen, bis der Reis weich und cremig ist.
- 2 Anschließend den Topf vom Herd ziehen. Die kalte Butter in Stücke schneiden und mit der geraspelten weißen Schokolade unter Rühren im heißen Milchreis schmelzen.
- 3 Die Zartbitterschokolade grob raspeln. Die Vanilleschote wieder aus dem Topf entfernen. Den Milchreis in Schälchen füllen und mit der Karamellsauce beträufeln. Alles mit gehackten Walnüssen und der geraspelten Zartbitterschokolade bestreuen und den Karamell-Milchreis warm oder kalt servieren.



KÜRBISSTRUDEL MIT VANILLESAUCE

blättrig-süßer Gaumenschmeichler



Für 6 Personen • 30 Min. Zubereitung • 30 Min. Backen • Pro Portion ca. 350 kcal, 10 g E, 10 g F, 53 g KH

FÜR DEN STRUDEL

400 g Kürbis (z. B. Hokkaido)
50 g brauner Zucker
1 TL Zimtpulver
50 g gehackte Walnusskerne
50 g Rosinen
50 g Butter
1 Rolle Strudelteig (ca. 300 g, aus dem Kühlregal)

FÜR DIE VANILLESAUCE

250 ml Milch
2 Eigelb (M)
2 EL Zucker
2 TL Vanilleextrakt

Genießer-Tipp

Für eine besonders knusprige Kruste den Strudel mit Zucker bestreuen, bevor er in den Ofen kommt.

1 Den Backofen auf 180° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Für den Strudel den Kürbis waschen, bei Bedarf schälen und grob raspeln (Bild 1).

2 Die Kürbisraspel in eine Schüssel geben und mit Zucker, Zimtpulver, den gehackten Walnüssen und Rosinen vermengen (Bild 2). Die Butter in einem kleinen Topf schmelzen.

3 Den Strudelteig auf einem sauberen Küchentuch entrollen und mit der flüssigen Butter bestreichen. Die Kürbismischung gleichmäßig darauf verteilen, dabei ringsum einen ca. 2 cm breiten Rand frei lassen (Bild 3).

4 Den Strudel mithilfe des Küchentuchs aufrollen und mit der Naht nach unten auf das vorbereitete Backblech legen. Den Teig mit der restlichen geschmolzenen Butter bestreichen (Bild 4) und im Ofen (Mitte) in 28–32 Min. goldbraun backen.

5 Für die Vanillesauce die Milch in einem kleinen Topf mit den Eigelben, Zucker und Vanilleextrakt verrühren und bei niedriger Hitze unter Rühren erhitzen (nicht kochen lassen), bis die Sauce leicht andickt (Bild 5).

6 Den Kürbisstrudel in Stücke schneiden, in tiefen Tellern anrichten, mit der warmen Vanillesauce übergießen und servieren (Bild 6).



SÜSSE LICHTBLICKE *für graue Tage*

Wohlfühlrezepte gegen Alltagsblues: Ob schnelle Ideen für akuten Süßhunger oder himmlische Leckereien für die nächste Regenfront – hier wird jede Naschkatze fündig. Von fluffigem Schoko-Tassenkuchen über duftende Zimtschnecken bis zu knusprigem Karamell-Nuss-Crumble – diese Rezepte sind Balsam für die Seele.

**Mit diesen Sweets wird selbst der trübste Regentag
zu einem echten Highlight!**

WG 457 Ratgeber
ISBN 978-3-8338-9815-0



9 783833 898150

€ 12,99 [D]

www.gu.de