

11.Kochabend am 21.03.2013
Rezepte für 4 Personen

Menü:
Feldsalat
Grundrezept für Hefeteig
Tomatenpizza und Calzone
Eis mit Sahne

Feldsalat

Zutaten: 300g Feldsalat, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, Speckwürfel, Balsamico-Essig, Sonnenblumenöl

Feldsalat putzen, waschen und schleudern. Zwiebel schälen und klein würfeln. Speckwürfel in Öl anbraten. Salatdressing mit Essig, Öl, Zwiebel, Salz und Pfeffer herstellen und den Feldsalat hinzugeben. Über den angerichteten Feldsalat können die angedünsteten Speckwürfel verteilt werden.

Grundrezept für Hefeteig

Zutaten: 500 g Mehl, 25 g Hefe, 1-2 Eier, 50 g Butter oder Margarine, 100 g Zucker, 1 Prise Salz, knapp ¼ l Milch

Zubereitung:

Hefeteig eignet sich nur für Napfkuchen, Blechkuchen mit verschiedenem Belag, Zopf, Stollen und Kleingebäck. Die Zutaten zum Hefeteig können variieren, sie werden bei jedem Rezept angegeben. Die etappenweise Verarbeitung erfolgt immer wie hier beschrieben.

1. Mehl in eine Schüssel sieben. In die Mitte eine Mulde drücken, die Hefe hineinbröckeln, 2 TL Zucker darüberstreuen und mit 4 EL lauwarmen Milch verrühren. Schüssel mit einem Tuch bedecken und den Vorteig 20 Min. an einem warmen Ort gehen lassen. (Die Hefemischung soll zur zwei- bis vierfachen Menge aufgehen).
2. Die restliche Milch, Zucker, Salz, Eier (Zimmertemperatur) und das weiche Fett zufügen und alles so lange verkneten und schlagen, bis sich der Teig vom Schüsselrand löst und Blasen wirft. Die Schüssel wieder zudecken und den Teig weitere 30 Min. gehen lassen (Mindesten bis zur doppelten Menge).
3. Den Teig auf einem bemehlten Backbrett beliebig ausformen. Vor dem Backen zugedeckt nochmals 10 Min. stehen lassen.

Tomatenpizza und Calzone

Zutaten für ca. 4 Personen: Teig: 25 g Hefe, gut ¼ lauwarmes Wasser, 2 EL Öl, 1 TL Salz, 200 g Mehl

Belag: 1 kl. Dose Tomatenmark, 6-8 reife Tomaten, Salz, schwarzer Pfeffer, Basilikum und Oregano, 6-8 Scheibletten, 2-4 Scheiben gekochter Schinken
Getränkervorschlag: Rotwein

Zubereitung:

1. Hefe in lauwarmes Wasser bröckeln, Öl, Salz und Mehl zugeben und alles zu einem glatten Teig kneten. Teigkugel zudeckt auf die doppelte Menge gehen lassen.
2. Aus dem Teig 2 Rollen formen. Auf ein gefettetes Backblech legen und 2 runde Fladen formen.
3. Beide Teigfladen mit Tomatenmark bestreichen, salzen und pfeffern. Tomaten in Scheiben schneiden, eine Pizza mit Schinken, Tomatenscheiben und Käse belegen. Die andere Pizza nur zur Hälfte belegen. Gehackte Kräuter darüberstreuen und mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Calzone zusammenklappen, Teigländer gut andrücken. Eventuell mit etwas geschlagenem Ei vor dem Backen bestreichen.
4. 12-15 Min. bei 225-250°C backen. Sofort servieren.

Der Belag kann je nach Geschmack individuell gestaltet werden, z. B. Artischocken, Pilze, Salami, Spiegelei, Spinat, Oliven, Chilischoten usw.

Eis mit Sahne

Zutaten: Eis, z. B. Vanille-Eis (je nach Geschmack), Sahne, Früchtesoß (Erdbeere, Himbeere usw.) oder Schokoladensoße

Zubereitung:

Das Eis auf einen Teller geben, mit Früchte oder Schokoladensoße unregelmäßig begießen und Schlagsahne darauf oder darum geben.