

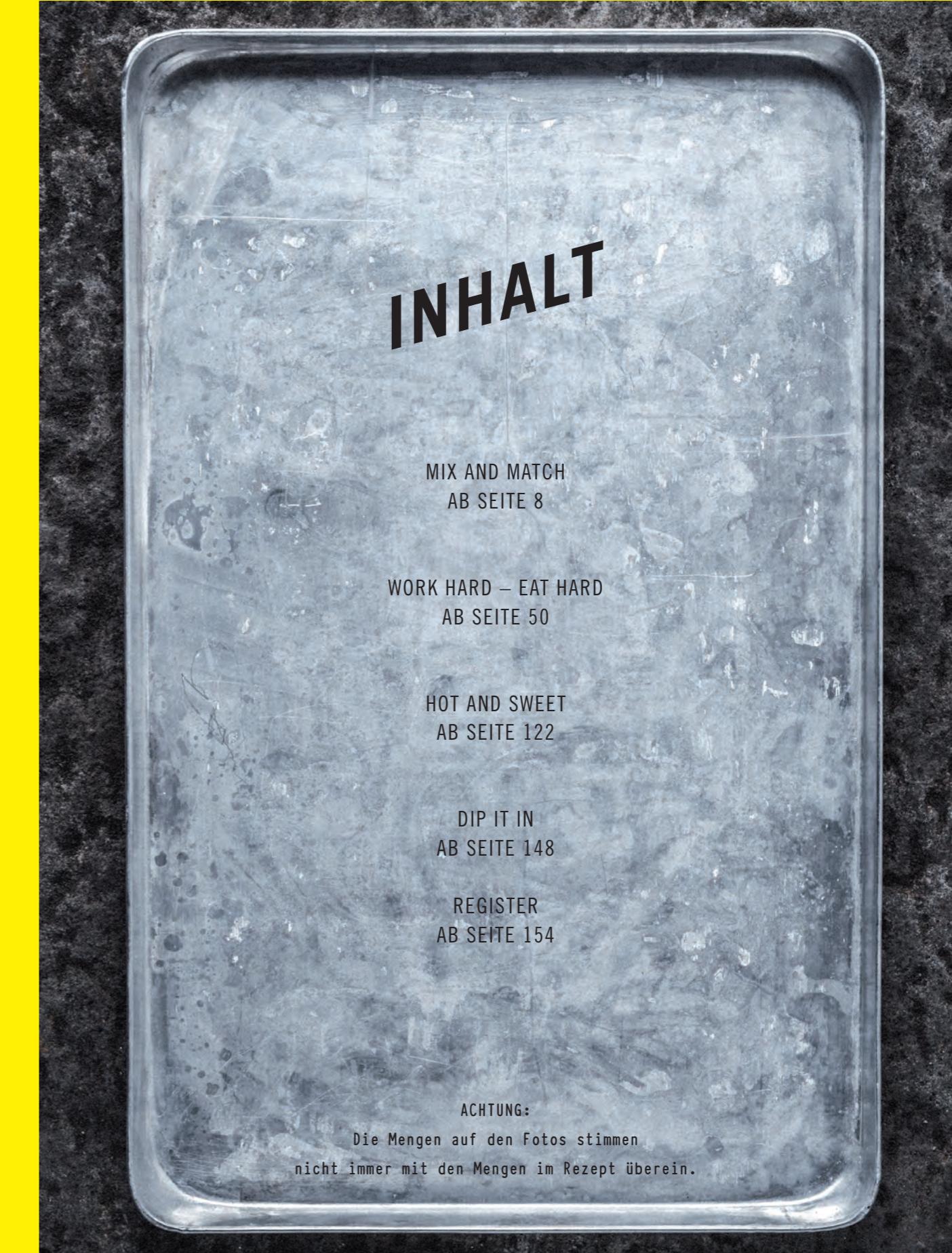
EIN BLECH. KEIN STRESS. 100 GEILE REZEPTE.

DANIEL SCHIMKOWITSCH

# EIN BLECH KEIN STRESS 100 GEILE REZEPTE

u





# KONFIERTE GARNELEN

## MIT AVOCADO-MANGOSALAT

ZEIT xxxx PERSONEN 1 2 3 4 5 6 7 8

### GARNELEN

12 GARNELEN  
1 KNOBLAUCHZEHEN  
2 THYMIANZWEIGE  
12 EL OLIVENÖL  
SALZ, PFEFFER *AUS DER MÜHLE*

### MANGO-SALAT

1 MANGO  
1 ROTE PAPRIKASCHOTE  
1 AVOCADO  
½ JALAPEÑO-CHILISCHOTE  
4 STÄNGEL KORIANDER  
3 MINZEBLÄTTER  
SAFT VON 1 LIMETTE  
1 EL MAYONNAISE  
ZUCKER, SALZ

[1] Den Backofen auf 110 °C Umluft vorheizen. Die Garnelen aus der Schale brechen, den Darm entfernen. Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden, die Thymianblätter abzupfen. Die Garnelen mit den übrigen Zutaten mischen und auf einem Blech verteilen. Im Ofen 14-18 Minuten garen. Dabei werden die Garnelen warm, bleiben aber komplett glasig.

[2] Die Mango und die Paprikaschote schälen und würfeln. Die Avocado ebenfalls schälen und mit einer Gabel zerdrücken. Die Chilischote fein hacken, Koriander und Minze grob schneiden. Alle Zutaten in einer Schüssel mit Limettensaft und Mayonnaise mischen, mit Zucker und Salz abschmecken. Die Garnelen mit dem Mangosalat anrichten.



# GEBACKENE FEIGEN

## MIT SERRANOSCHINKEN UND GORGONZOLA

DIP IT IN

HOT AND SWEET

WORK HARD – EAT HARD

MIX AND MATCH

SEITE

ZEIT xxxx PERSONEN 1 2 3 4 5 6 7 8

### ZUTATEN

8 MITTELGROSSE FEIGEN

100 G GORGONZOLA

8 BASILIKUMBLÄTTER

8 DÜNNE SCHEIBEN SERRANOSCHINKEN

1 EL HONIG

1 EL OLIVENÖL

1 EL GEHACKTER GRÜNER PFEFFER

1 SPRITZER ROTWEINESSIG

1 SCHEIBE TOASTBROT

SALZ

[ 1 ] Den Backofen auf 185 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Feigen kreuzförmig einschneiden und jede mit einem Stück Gorgonzola und einem Basilikumblatt füllen. Anschließend mit einer Schinkenscheibe umwickeln und auf ein Blech setzen.

[ 2 ] Den Honig mit Olivenöl und grünem Pfeffer verrühren und leicht mit Essig und wenig Salz abschmecken; über die Früchteträufeln. Zum Schluss das Brot entrinden, würfeln und dazugeben. Die Feigen im Ofen 20-25 Minuten backen.





# PULLED BEEF

MIT EINGELEGTEN GURKEN,  
JALAPEÑOS UND CRÈME FRAÎCHE

ZEIT xxxx PERSONEN 1 2 3 4 5 6 7 8

## ZUTATEN

1,5 KG RINDERNACKEN *AM STÜCK*

1 TL GETROCKNETER THYMIAN

1 TL GETROCKNETER MAJORAN

1 TL EDELSÜSSES PAPRIKAPULVER

1 TL KNOBLAUCHPULVER

1 TL ZWIEBELPULVER

1 TL SALZ

PFEFFER *AUS DER MÜHLE*

## EINGELEGTE GURKEN

1 GURKE

1 DILLSTÄNGEL

50 ML CHAMPAGNERESSIG

SALZ, ZUCKER

## CRÈME FRAÎCHE

2 EL CRÈME FRAÎCHE

2 EL EINGELEGTE JALAPEÑOS

1 SPRITZER ZITRONENSAFT

CAYENNEPFEFFER

[1] Den Backofen auf 110 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Nacken Kräuter und Gewürze miteinander vermengen und das Fleisch damit von allen Seiten einreiben. Auf ein Blech legen und im Ofen 9 Stunden garen.

[2] Die Gurke in 3 mm dicke Scheiben schneiden, den Dill abzupfen, fein schneiden und dazugeben. Alles mit dem Essig übergießen, mit Salz und Zucker würzen, vermengen und 2 Stunden ziehen lassen. Die Crème fraîche mit Jalapeños und Zitronensaft verrühren, mit Cayennepfeffer abschmecken.

[2] Das Fleisch aus dem Ofen nehmen und mit den Händen zerpfücken. Mit den Gurken und der Crème fraîche servieren.

**TIPP:** Es gibt viele Möglichkeiten, Pulled Beef zu servieren - als Burger, mit einem Salat, mit gebackenen Kartoffeln (siehe Seite 48) ... Das Fleisch lässt sich auch perfekt auf dem Grill smoke - so verläuft die BBQ-Party garantiert ganz entspannt.

# LAUWARMER LACHS

## MIT TERIYAKISPINAT UND SESAM

### ZUTATEN

800 G BABYSPINAT

5 GROSSE SHIITAKEPILZE

1 ROTE CHILISCHOTE

100 ML TERIYAKISAUCE

400 G LACHSFILET

*OHNE HAUT UND GRÄTEN*

1 UNBEHANDELTE LIMETTE

1 EL SESAM

1 EL SESAMÖL

ZEIT

xxxx

PERSONEN

1 2 3 4 5 6 7 8



[1] Den Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Spinat waschen und die Shiitakepilze vierteln oder achteln, je nach Größe. Die Chilischote in Scheiben schneiden. Alles in eine Schüssel füllen und mit der Teriyakisauce vermengen. Auf ein Blech geben und mit Alufolie abdecken. Im Ofen 20 Minuten garen.

[2] Den Lachs in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Die Limettenschale abreiben. Die Lachsscheiben von einer Seite mit abgeriebener Limettenschale und Sesam bestreuen. Den Spinat aus dem Ofen nehmen. Die Folie entfernen, das Sesamöl zugeben, einmal umrühren und alles wieder gleichmäßig verteilen. Nun die Lachsscheiben auf den Spinat betten und das Blech für weitere 5 Minuten in den Ofen schieben.



# RHABARBER UND ERDBEEREN

## MIT WERTHER'S ORIGINAL, MASCARPONE UND BUTTERSTREUSELN

### ZUTATEN

2 DICKE RHABARBERSTANGEN

500 G GROSSE ERDBEEREN

100 G BRAUNER ZUCKER

500 G MASCARPONE

2 EIGELB

MARK VON 1 VANILLESCHOTE

12 HARTE KARAMELLBONBONS

Z. B. WERTHER'S ORIGINAL

SALZ

### BUTTERSTREUSEL

250 G BUTTER *MIT ZIMMERTEMPERATUR*

250 G ZUCKER

250 G MEHL

1 UNBEHANDELTE ZITRONE

1 UNBEHANDELTE ORANGE

ZEIT  
xxxxPERSONEN  
1 2 3 4 5 6 7 8

[1] Den Rhabarber schälen und in 2 cm große Stücke schneiden. Von den Erdbeeren den Stielansatz entfernen, die Früchte halbieren. Nun Rhabarber und Erdbeeren in eine Schüssel geben, zuckern und 1 Prise Salz zugeben. Etwa 1 Stunde stehen lassen.

[2] Den Mascarpone mit Eigelb und Vanillemark glatt rühren.

[3] Für die Butterstreusel die Butter mit dem Zucker in der Küchenmaschine schaumig schlagen. Anschließend das Mehl zugeben und die Zitrusschale hineinreiben. Die Masse in den Kühlschrank stellen. Wenn sie erkaltet ist, zu Streuseln zerkrümeln.

[4] Die Werther's Original in einem Beutel mit einem schweren Gegenstand zu Staub klopfen.

[5] Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Blech mit Rand mit Backpapier auslegen. Zwei Drittel der Streuselmasse locker, aber dicht auf dem Blech verteilen. Den Saft von Rhabarber und Erdbeeren abgießen. Die Früchte gleichmäßig auf den Streuselboden geben. Mit einem Löffel die Mascarpomemasse dazwischenklecken. Mit den restlichen Streuseln und den zerkleinerten Bonbons bestreuen. Den Kuchen auf der mittleren Schiene etwa 35 Minuten backen.

**TIPP** Weil die Streuselmasse kein Ei enthält, bekommt der Kuchen eine leicht matschige Konsistenz, was hier toll passt.



# IMPRESSUM

2017  Neuer Umschau Buchverlag GmbH,  
Neustadt an der Weinstraße

Alle Rechte der Verbreitung in deutscher Sprache,  
auch durch Film, Funk, Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe,  
Tonträger jeder Art, auszugsweisen Nachdruck oder Einspeicherung  
und Rückgewinnung in Datenverarbeitungsanlagen  
aller Art, sind vorbehalten.

Text:

Daniel Schimkowitsch, Deidesheim

Redaktion:

Corinna Nikolaus, Neustadt an der Weinstraße

Lektorat:

Carmen Söntgerath, Wuppertal

Fotografie:

GVO MEDIA Gregor Ott, Seeheim-Jugenheim

Satz, Gestaltung, Foto-Styling:

Tina Defaux, Neustadt an der Weinstraße

Druck:

Nino Druck, Neustadt an der Weinstraße

Printed in Germany: ISBN 978-3-86528-845-5

Besuchen Sie uns im Internet: [www.umschau-verlag.de](http://www.umschau-verlag.de)