

ANGELINA PAUSTIAN

@MANGAKOCHBUCH

# DAS *Gaming Kochbuch*

REZEPTE FÜR GAMER, DUNGEON MASTER  
UND SPIELEABENDE



MIT ILLUSTRATIONEN VON MACHI

avBUCH



AUCH  
MIT  
VEGGIE  
MODUS

# INHALT

Einleitung . . . . .	5
<b>Play to win! . . . . .</b>	<b>6</b>
Wir lieben Spieleabende! Egal ob Brettspiel, Kartenspiel, Pen and Paper oder TCG! . . . . .	6
Konsole, Computer oder Spieleanutomat? Wir lieben Videospiele! . . . . .	6
<b>Schnelle Rezepte, um den hangry Endgegner zu besiegen</b>	<b>8</b>
Pew Pew Pizza Cones . . . . .	10
BRB (Be Right Back)-Bratnudeln . . . . .	12
Endgame Cheesburger-Taschen . . . . .	14
Power Up Pilz-Pasta . . . . .	16
Kartoffel-Waffel-Sandwiches . . . . .	18
Blitz Instant Ramen . . . . .	20
Aromatische Honig-Senf-Taler des Zockers . . . . .	22
Good Game Frühstücksmuffins . . . . .	24
Game Over Erdbeer-Schoko-Auflauf . . . . .	26
<b>Gamer-Essentials-Rezepte</b>	<b>28</b>
Heiltrank . . . . .	30
Heiltrank mit Wumms . . . . .	30
Manatrunk . . . . .	32
Manatrunk mit Bumms . . . . .	32
Next-Level Power Shakes . . . . .	34
Erdbeer-Cheesecake Power Shake Schneller Energy Drink Bonusrunde Luxus-Energy Shake	
Dubiose Masse . . . . .	36
Dubiose Luxusmasse Dubiose Frühstücksmasse	
Herzhafte Level Up Süßkartoffel-Hirtenkäse- Cupcakes . . . . .	38
Speicherpunkt-Puddings . . . . .	40
Goldstücke in der Lootbox . . . . .	42
<b>Spieleabend</b>	<b>44</b>
Overkill-Orange-Chicken-Cups . . . . .	46
Handlicher Heldenschmaus . . . . .	48

Fruchtig-herzhafter Baguette-Snack der Spielerunde . . . . .	50
Königsmacher Käse-Kräuter-Röllchen . . . . .	52
Kill Steal Knusper-Sandwich-Taschen . . . . .	54
Sweet Chilisoße . . . . .	54
Pulled Chicken-Taschen des Dungeonmasters .	56
AFK Asia-Burger . . . . .	58
Crunchy Highscore-Hot Dogs . . . . .	60
<b>RPG-Rezepte: Schlemmen wie aus einer anderen Welt</b>	<b>62</b>
Rauchiger Drachenfeuer-Würstchentopf der Flammenlande . . . . .	64
Bierbräu-Lagerfeuertopf . . . . .	66
Saftige Kräuter-Omeletts des tiefen Waldes .	68
Geröstete Kartoffelcremesuppe der eisigen Weiten . . . . .	70
Fruchtig-herhaftes Wüsten-Pilaw . . . . .	72
Pikantes Hähnchen süß-sauer mit knackigem Gemüse aus der Großstadt .	74
Nixenschmaus-Pasta des Seefahrers . . . . .	76
Rustikaler Gasthaus-Apfelkuchen . . . . .	78
<b>Eine Klasse(n) Auswahl!</b>	<b>80</b>
Überbackenes Pita-Schild des Kriegers . . . . .	82
Steak-Eintopf des Druiden . . . . .	84
Chicken Wing-Leckerli des Bestienmeisters .	86
Barbaren-Bolo . . . . .	88
Energy Balls der Scharfschützin . . . . .	90
Knusprige Zauberstäbe der Hexenmeisterin .	92
Nougat-Rauchbombe des Schurken . . . . .	94
Manakekse des Magiers . . . . .	96
No Bake Honig-Panna Cotta-Kuchen des Waldläufers . . . . .	98
Lichtgebädeter Weißer Schokoladenkuchen des Heilers . . . . .	100
Heldenhalle . . . . .	102
Register . . . . .	103
Impressum . . . . .	104

## DEIN FOOD LOOT NACH KATEGORIE

### Gewöhnliche Frühstücksspeisen

Good Game-Frühstücksmuffins . . . . .	24
Erdbeer-Cheesecake Power Shake . . . . .	34
Dubiose Masse . . . . .	36
Saftige Kräuter-Omeletts des tiefen Waldes .	68

### Einfache Getränke

Heiltrank . . . . .	30
Heiltrank mit Wumms . . . . .	30
Manatrunk . . . . .	32
Manatrunk mit Bumms . . . . .	32
Schneller Energy Drink . . . . .	34
Bonusrunde Luxus-Energy Drink . . . . .	34

### Seltene Hauptspeisen

BRB (Be Right Back)-Bratnudeln . . . . .	12
Power Up Pilz-Pasta . . . . .	16
Kartoffel-Waffel-Sandwiches . . . . .	18
Blitz Instant Ramen . . . . .	20
Handlicher Heldenschmaus . . . . .	48
Pulled Chicken-Taschen des Dungeonmasters	56
AFK Asia-Burger . . . . .	58
Rauchiger Drachenfeuer-Würstchentopf der Flammenlande . . . . .	64
Bierbräu-Lagerfeuertopf . . . . .	66
Geröstete Kartoffelcremesuppe der eisigen Weiten . . . . .	70
Fruchtig-herhaftes Wüsten-Pilaw . . . . .	72
Pikantes Hähnchen süß-sauer mit knackigem Gemüse aus der Großstadt .	74
Nixenschmaus-Pasta des Seefahrers . . . . .	76
Überbackenes Pita-Schild des Kriegers .	82
Steak-Eintopf des Druiden . . . . .	84
Chicken Wing-Leckerli des Bestienmeisters	86
Barbaren-Bolo . . . . .	88

### Epische Süßspeisen

Game Over Erdbeer-Schoko-Auflauf . . . . .	26
Dubiose Masse . . . . .	36
Speicherpunkt Pudding Haselnuss-Vanille .	40
Speicherpunkt Pudding Erdbeer-Limette .	40
Goldstücke in der Lootbox . . . . .	42
Rustikaler Gasthaus-Apfelkuchen . . . . .	78
Nougat-Rauchbombe des Schurken . . . . .	94
Manakekse des Magiers . . . . .	96
No Bake Honig-Panna Cotta-Kuchen des Waldläufers . . . . .	98
Lichtgebädeter Weißer Schokoladenkuchen des Heilers . . . . .	100

### Legendäre Snacks

Pew Pew Pizza Cones . . . . .	10
Endgame Cheesburger-Taschen . . . . .	14
Aromatische Honig-Senf-Taler des Zockers .	22
Herzhafte Level Up Süßkartoffel-Hirtenkäse- Cupcakes . . . . .	38
Overkill Orange Chicken Cups . . . . .	46
Fruchtig-herzhafter Baguette-Snack der Spielerunde . . . . .	50
Königsmacher Käse-Kräuter-Röllchen . . . . .	52
Kill Steal Knusper-Sandwich-Taschen . . . . .	54
Sweet Chilisoße . . . . .	54
Crunchy Highscore-Hot Dogs . . . . .	60
Knusprige Zauberstäbe der Hexenmeisterin .	92
Energy Balls der Scharfschützin . . . . .	90



# PLAY TO WIN!

Es gibt eine unendliche Menge an verschiedenen Spielen auf der Welt! Natürlich können wir nicht alle davon hier festhalten. Dennoch: egal ob Retro-, Video-, Brett-, oder Gesellschaftsspiel: Kreuzt an, was ihr schon mal gespielt habt, oder entdeckt neue Spiele, die ihr vielleicht mal ausprobieren könnetet! Da sich die Genres mancher Spiele auch vermischen, seht diese Einordnung bitte als grobe Richtung. Wichtig ist der Spaß am Spielen. Und natürlich: Play to win!

**WIR LIEBEN SPIELEABENDE! EGAL OB BRETTSPIEL, KARTENSPIEL, PEN AND PAPER ODER TCG!**

## BRETTSPIELE

- ■ Dominion
- ■ Monopoly
- ■ Spiel des Lebens
- ■ Das verrückte Labyrinth
- ■ Five Tribes
- ■ Zug um Zug
- ■ Die Siedler von Catan
- ■ Everdell
- ■ Azul
- ■ Carcassonne
- ■ Elfenland
- ■ Ubongo
- ■ Trivial Pursuit
- ■ T.I.M.E Stories
- ■ Risiko
- ■ Stone Age
- ■ Codenames
- ■ Die Legenden von Andor
- ■ Pandemic
- ■ Die Tavernen im Tiefen Thal
- ■ Die Quacksalber von Quedlinburg
- ■ Paleo
- ■ Terra Mystica
- ■ Blood Rage
- ■ Gloomhaven

## KARTENSPIELE

- ■ Sythe
- ■ Spirit Island
- ■ Die verlorenen Ruinen von Arnak
- ■ Skip-Bo
- ■ Uno
- ■ Wizard
- ■ Aeon's End
- ■ Phase 10
- ■ Dobble
- ■ 6 nimmt!
- ■ Ligretto
- ■ Elfer raus
- ■ Munchkin
- ■ Black Stories
- ■ Krimispiele
- ■ Der Hochstapler
- ■ Hidden Games
- ■ Crimeland
- ■ The Unknown Krimispiel
- ■ Suspects – tödliche Spuren
- ■ Culinario Mortale –
- ■ Mord nach Rezept
- ■ Mörderische Dinnerparty
- ■ Masters of Crime

**KONSOLE, COMPUTER ODER SPIELEAUTOMAT? WIR LIEBEN VIDEOSPIELE!**

## ACTIONSPIELE

- ■ Prince of Persia-Reihe
- ■ Tomb Raider-Reihe
- ■ Metal Gear Solid-Reihe
- ■ Outcast
- ■ Shenmue-Reihe
- ■ Yakuza-Reihe
- ■ Lost Planet-Reihe
- ■ Uncharted-Reihe
- ■ Batman-Reihe
- ■ Red Dead Redemption
- ■ Dead Space-Reihe
- ■ Death Stranding
- ■ Life is Strange-Reihe
- ■ Marvels Spider Man

## ESCAPE- & ADVENTURE SPIELE

- ■ Villen des Wahnsinns
- ■ Arkham Horror
- ■ Exit – Das Spiel
- ■ X-Scape

## PEN AND PAPER

- ■ Dungeons and Dragons
- ■ Vampire: Die Maskerade
- ■ Call of Cthulhu
- ■ Das schwarze Auge
- ■ Shadowrun
- ■ Ultima Ratio: Du gegen die Mutter-KI
- ■ Selbstgeschriebenes PnP

## TRADING CARD GAMES

- ■ Magic the Gathering
- ■ Yu-Gi-Oh!
- ■ Disney Lorcania
- ■ Pokémon TCG
- ■ One Piece Card Game
- ■ Weiss Schwarz TCG
- ■ Star Wars Unlimited
- ■ Flesh and Blood

## GEZOCKT

- ■ The Legend of Zelda-Reihe
- ■ The Last of us-Reihe
- ■ Hitman-Reihe
- ■ Mafia-Reihe
- ■ Grand Theft Auto-Reihe
- ■ Assassin's Creed-Reihe
- ■ Marvels Spider Man

## BEAT 'EM UPS

- ■ Street Fighter-Reihe
- ■ Tekken-Reihe
- ■ Dead or Alive-Reihe
- ■ Soul Calibur-Reihe
- ■ Super Smash Brothers-Reihe
- ■ Kung-Fu Master
- ■ Shinobi-Reihe
- ■ Double Dragon-Reihe

## SIMULATIONS-SPIELE

- ■ Crash Bandicoot-Reihe
- ■ Shovel Knight-Reihe
- ■ Kirby-Reihe
- ■ Spyro-Reihe
- ■ Mega Man-Reihe
- ■ Final Fantasy-Reihe
- ■ Pokémon-Reihe
- ■ Yakuza-Reihe
- ■ Kingdom Hearts-Reihe
- ■ Darksiders-Reihe
- ■ Baldur's Gate-Reihe
- ■ Bloodborne
- ■ NieR-Reihe
- ■ Undertale
- ■ The Witcher-Reihe
- ■ Dragon Age-Reihe
- ■ Horizon-Reihe
- ■ Mass Effect-Reihe
- ■ Dark Souls
- ■ Devil May Cry-Reihe
- ■ Diablo-Reihe
- ■ God of War-Reihe
- ■ Genshin Impact
- ■ World of Warcraft-Reihe
- ■ Guild Wars-Reihe
- ■ Tales of ...Reihe
- ■ Dragon Quest-Reihe
- ■ Persona-Reihe
- ■ Octopath Traveler-Reihe
- ■ Fallout-Reihe
- ■ Secret of Mana-Reihe
- ■ The Elder Scrolls-Reihe
- ■ Xenoblade-Reihe
- ■ Cyberpunk 2077
- ■ Deus Ex-Reihe
- ■ Animal Crossing-Reihe
- ■ Harvest Moon-Reihe
- ■ Die Sims-Reihe
- ■ Anno-Reihe
- ■ Celeste
- ■ Gris
- ■ Little Big Planet
- ■ Jak and Daxter-Reihe
- ■ Ratchet and Clank-Reihe

## POINT AND CLICK-SPIELE

- ■ Kentucky Route Zero
- ■ Monkey Island-Reihe
- ■ Five Nights at Freddy's
- ■ Leisure Suit Larry-Reihe
- ■ Deponia-Reihe
- ■ Edna bricht aus
- ■ Thimbleweed Park
- ■ Grim Fandango

## SPORTSPIELE & FUN RACER

- ■ Mario Kart-Reihe
- ■ Need for Speed-Reihe
- ■ Fifa-Reihe
- ■ NBA-Reihe
- ■ WWE-Reihe
- ■ Ring Fit Adventure
- ■ Just Dance-Reihe

## SURVIVALSPIELE

- ■ Silent Hill
- ■ The Evil Within-Reihe
- ■ Resident Evil-Reihe
- ■ Valheim
- ■ Day Z
- ■ V Rising
- ■ Rimworld
- ■ The long Dark
- ■ 7 Days to Die
- ■ Rust

## MOBA-SPIELE

- ■ League of Legends
- ■ Dota-Reihe
- ■ Smite
- ■ Pokémon Unite
- ■ Arena of Valor
- ■ Heroes of the Storm
- ■ Brawl Stars
- ■ Paladins

## GEZOCKT

- ■ WIRD NOCH GEZOCKT

# BRB (BE RIGHT BACK)-BRATNUDELN



Bratnudeln dürfen beim Zocken einfach nicht fehlen!

## FÜR 4 PORTIONEN:

400 g FLEISCH NACH WAHL (HÜHNER-INNENFILETS, SCHWEINEFILET ODER RINDER-MINUTENSTEAKS)  
3 KAROTTEN  
1 ZWIEBEL  
1 STANGE LAUCH  
200 g MUNGOBOHNENSPROSSEN  
6 EIER  
4 EL GERÖSTETES SESAMÖL  
300 g CHINESISCHE EIERNUDELN (QUICK COOKING NOODLES)  
2 EL SPEISESTÄRKE  
1 Prise SALZ, PFEFFER

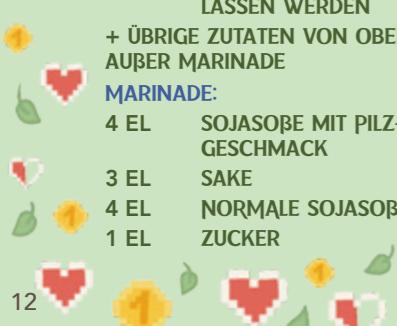
## MARINADE:

10 EL SOJASOße  
3 EL SAKE  
1 EL ZUCKER  
1 EL HÜHNERBRÜHEPULVER

## VEGGIE-MODUS

150 g CASHEWKERNE STATT FLEISCH  
SPEISESTÄRKE KANN WEGGE-  
LASSEN WERDEN  
+ ÜBRIGE ZUTÄNEN VON OBEN  
AUBER MARINADE

**MARINADE:**  
4 EL SOJASOße MIT PILZ-  
GESCHMACK  
3 EL SAKE  
4 EL NORMALE SOJASOße  
1 EL ZUCKER



1. Das Fleisch in dünne, kurze Scheiben schneiden und in einer Schale mit den Zutaten für die Marinade mischen. Perfekt sind die Scheiben dann, wenn du sie ähnlich wie Carpaccio schneidest, jedoch nicht ganz so dünn.
2. Karotten und Zwiebel schälen. Karotten in dünne, kurze Stifte schneiden. Zwiebel in Halbringe und Lauchstange in Ringe schneiden. Mungobohnensprossen mit klarem Wasser abspülen.
3. Eier in einer Schale mit etwas Salz und Pfeffer verquirlen und in einer Pfanne zu Rührei ausbraten, beiseitestellen. Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten, abgießen und mit 2 EL geröstetem Sesamöl mischen.
4. Die Speisestärke in eine Schale geben. Fleisch aus der Marinade fischen und in der Speisestärke wälzen. Marinade aufheben.
5. Eine große Pfanne (oder Wok) erhitzen. 2 EL geröstetes Sesamöl hineingeben und das Fleisch darin von allen Seiten anbraten. Karotten, Zwiebel und Lauch hinzugeben und mitbraten, bis die Karotten bissfest sind. Mungobohnensprossen hinzugeben und kurz mitbraten.
6. Nudeln, Eier und Marinade vom Fleisch mit in die Pfanne geben und alles nochmal gut anbraten. Dann servieren.

## CHEATER HACK

ANSTELLE VON CHINESISCHEN NUDELN KANNST  
DU AUCH DÜNNE SPAGHETTI VERWENDEN.

1. Cashewkerne mit Sojasoße, Pilz-Sojasoße, Sake und Zucker mischen.
2. Schritt 2–3 aus dem Rezept oben zubereiten.
3. 2 EL Sesamöl in einer großen Pfanne erhitzen. Karotten, Zwiebel und Lauch darin anbraten, bis die Karotten gar sind. Mungobohnensprossen kurz mitbraten, dann Cashewkerne mit Marinade, Eier und Nudeln hinzugeben. Alles zusammen gut mischen, kurz anbraten und servieren.



## EINKAUFSLISTE



# ENDGAME CHEESEBURGER-TASCHEN

Das Endgame hat begonnen und du bist hungrig? Wie wär's mit einem Burger, der nicht kleckert?! Stärke dich mit den köstlichen Cheeseburger-Taschen. Eingefroren kannst du sie sogar in einer Gaming-Pause in 2 Minuten fertig machen. Wie, erfährst du im Pro-Tipp!



## FÜR 6 STÜCK:

500 g	RINDERHACKFLEISCH
1	ZWIEBEL
1	KNOBLAUCHZEHEN
50 g	HOT DOG-GURKENScheiben
4 EL	KETCHUP
3 EL	MAYONNAISE
2 TL	SENF
½ TL	PAPRIKAPULVER, EDELSÜß
6	SCHEIBEN SANDWICHKÄSE/ SCHEIBLETTENKÄSE (ca. 150 g)
3 EL	RAPSÖL
1 Prise	SALZ, PFEFFER

## FÜR DEN TEIG:

250 g	MEHL
2 EL	OLIVENÖL
200 ml	KOCHENDES WASSER
1 Prise	SALZ

## VEGGIE-MODUS

400 g	VEGETARISCHES HACKFLEISCH STATT RINDERHACK
½ TL	DILL (TIEFGEKÜHLT)
2 EL	RAPS- ODER SONNENBLUMENÖL
+ ZUTATEN VON OBEN	

- Das vegetarische Hackfleisch wie in Schritt 1 beschrieben mit Zwiebel, Knoblauch und zusätzlich 2 EL Öl in der Pfanne anbraten, bis es krümelig und gebräunt ist. Dann mit Schritt 2–6 fortfahren und bei Schritt 2 noch den Dill zur Füllung hinzugeben.

**1. Für die Füllung:** Zwiebel und Knoblauchzehe schälen. Zwiebel in Würfel schneiden und Knoblauch hacken. Eine Pfanne erhitzen. Hackfleisch, Zwiebelwürfel und Knoblauch in die Pfanne geben, mit etwas Salz und Pfeffer würzen und gar braten. Vom Herd nehmen und in eine Schüssel füllen.

**2.** Gurkenscheiben in kleine Stücke schneiden. In die Schale zum Hackfleisch geben. Ketchup, Mayonnaise, Senf, Paprikapulver, Salz und Pfeffer hinzugeben. Alles gut mischen. Sandwichkäse in kleine Stücke schneiden, in die Schale geben und unterrühren, bis alles gleichmäßig verteilt ist.

**3. Für den Teig:** Mehl mit Olivenöl, Salz und kochendem Wasser mischen und mit einem Löffel verrühren. Sobald die Masse so abgekühlt ist, dass man sie anfassen kann, zu einem Teig kneten. Noch warm in 6 gleich schwere Portionen aufteilen. Zu Kugeln formen und mit einem Nudelholz dünn und rund ausrollen.

**4.** Die Füllung gleichmäßig auf die 6 Teigplatten verteilen. Die Teigränder nach oben hin schließen, fest zusammendrücken und wenden, d. h. mit der anfangs offenen Seite nach unten hinlegen.

**5.** Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine große Pfanne erhitzen, 3 EL Rapsöl hineingeben, die Teiglinge mit der anfangs offenen Seite nach unten in die Pfanne legen und von jeder Seite bei mittlerer Hitze 5 Minuten braten.

**6.** Die Cheeseburger-Taschen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und nochmals 10 Minuten im Backofen garen. Aus dem Backofen nehmen und direkt genießen. Dazu passen auch super Wedges, Pommes oder Süßkartoffel-Pommes.

## PRO-TIPP

DIese cheeseburger-taschen kannst du auch super in frischhaltefolie gewickelt einfrieren! eine pause im raid?! schmeiß die tiegefrohenen teile bei 600 watt für 2 minuten in die mikrowelle und schon hast du den perfekten snack!

## CHEATER HACK

KEINE ZEIT ODER LUST DEN TEIG SELBER ZU MACHEN? NIMM EINFACH EINEN FERTIGEN PIZZATEIG AUS DEM KÜHLREGAL (ca. 500 g), ROLLE IHN AUS, SCHNEIDE IHN IN 6 STÜCKE UND FÜLLE IHN WIE BESCHRIEBEN. WIR EMPFEHLEN DEN SELBSTGEMACHTEn TEIG, ABER WENN ES MAL SCHNELL GEHEN MUSS, IST ES EINE TOLLE ALTERNATIVE.



## EINKAUFSLISTE



# GOOD GAME FRÜHSTÜCKSMUFFINS

Nahrhaft, einfach und trotzdem lecker? Nutze für den perfekten Gaming-Start in den Tag den Combo-Buff aus Vollkornmehl und Haferflocken! Honig und Schoko Chunks sind dabei der absolute Finisher für deinen Morgenhunger. Und während der Backzeit kannst du auch noch ganz easy nebenbei eine morgendliche Aufwachrunde deines Lieblingsgames zocken. GG!



FÜR 12 STÜCK:

150 g ZARTE HAFERFLOCKEN  
160 g DINKEL-VOLLKORNMEHL  
1 TL BACKPULVER  
3 EIER  
150 g HONIG  
80 g RAPS- ODER SONNENBLUMENÖL  
100 g ZARTBITTER-SCHOKO CHUNKS

1 EINE MUFFINFORM MIT 12 MULDEN



1. Muffinform ggf. einfetten oder Muffin-Papierförmchen in die Mulden des Blechs setzen. Haferflocken, Vollkornmehl, Backpulver, Eier, Honig und Öl zu einem Teig mischen. Schoko Chunks untermischen. Den Teig gleichmäßig auf die Mulden der Muffinform verteilen.
2. Das Muffin-Blech in den Ofen stellen und bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 25 Minuten backen. Die Muffins aus dem Ofen holen, etwas abkühlen lassen und aus der Form lösen. Entweder lauwarm oder kalt genießen.

## PRO-TIPP

IN EINER DOSE AUFBEWAHREN ODER MIT FRISCHHALTEFOLIE ABDECKEN. SO HALTEN SICH DIE MUFFINS FÜR MEHRERE TAGE UND DU KANNST DIREKT MIT DEINEM LIEBLINGSGETRÄNK, MUFFIN UND GAME IN DEN TAG STARTEN.



EINKAUFSLISTE



# GOLDSTÜCKE IN DER LOOTBOX



Eines braucht man in fast jedem Game und das ist Geld! Egal in welcher Währung, als Belohnung warten die goldenen Münzen oder Scheinchen auf dich. Warum also nicht mal deine eigene Belohnung backen? Diese zuckersüßen Taler mit Zimt und Karamell nehmen die Meisten sicherlich gerne an!



FÜR ca. 40 STÜCK:

TEIG:

380 g MEHL  
200 g WEICHE BUTTER  
200 g ZUCKER  
2 EIER  
1 Prise SALZ  
3 TL ZIMT

FÜR DEN KARAMELL-GUSS:

250 g SAHNE-TOFFEE-BONBONS  
50 g BUTTER  
50 g SCHOKOLADE MIT 70 % KAKAOANTEIL



1. Für den Teig: Mehl, Butter, Zucker, Eier und Salz zu einem Teig kneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde im Kühl schrank ruhen lassen.

2. Den Teig auf einem Stück Backpapier ausrollen. Darauf überall gleichmäßig den Zimt verteilen. Den Teig von einer Seite so aufrollen, dass eine lange Schnur entsteht. Die Teigschnur in 1 cm breite Stücke schneiden, sodass runde Taler entstehen, die auf der Oberfläche wie eine Schnecke aussehen.

3. Die Kekse auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und bei 180 °C Ober-/Unterhitze 12–15 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen und komplett abkühlen lassen.

4. Für den Guss: Die Sahne Toffees klein schneiden. In einen Topf füllen, Butter hinzugeben und bei niedriger bis mittlerer Hitze erwärmen. Dabei oft umrühren, damit nichts anbringt.

5. Sobald keine Stücke mehr zu sehen sind vom Herd nehmen. Etwas Guss auf einen Teelöffel füllen, einen Keks damit bestreichen und mit dem Löffelrücken leicht auf dem Keks verteilen. Die bestrichenen Kekse am besten auf einem Stück Backpapier ablegen und den Guss komplett abkühlen lassen.

6. Die Schokolade im Wasserbad schmelzen und in einen Spritzbeutel mit sehr kleiner Öffnung füllen (alternativ einen Zah sto cher zum Aufmalen verwenden). Nach Belieben ein Währungssymbol auf eure Goldstücke malen. Schokolade fest werden lassen und Goldstücke genießen.





## Spieleabend

Egal ob zusammen an der Konsole, bei einer Lan-Party oder Gesellschaftsspielen – mit Freunden zusammen macht das Gaming einfach Spaß!

Damit ihr den perfekten Boost für eure Abenteuer, Schlachtfelder oder kniffligen Rätsel habt, erwarten euch in diesem Kapitel köstliche Kleinigkeiten, die super zum Teilen und einfach zu essen sind!

# PIKANTES HÄHNCHEN SÜß-SAUER MIT KNACKIGEM GEMÜSE AUS DER GROßSTADT

In jedem RPG findet man sich früher oder später in einer Großstadt wieder. Egal ob Mittelalter-, Gegenwart-, oder Zukunftsstadt. Wir haben uns für ein leckeres Future-Szenario entschieden. Denn egal ob in der Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft, ein geheimes süß-saures Rezept darf beim Zocken nicht fehlen!



## FÜR 4 PORTIONEN:

400 g	BASMATIREIS
400 g	HÄHNCHENBRUSTFILET
2 EL	SPEISESTÄRKE
1	ROTE PAPRIKA
1	FRISCHE SALATGURKE
1	ZWIEBEL
1 Bund	FRÜHLINGSZWIEBELN
2 EL	TOMATENMARK
1 Dose	ANANASSTÜCKE (ca. 570 g MIT SAFT)
2 EL	GERÖSTETES SESAMÖL (ALTERNATIV RAPSÖL)
5 EL	KETCHUP
5 EL	TAFELESSIG
4 EL	ZUCKER
1/4 TL	CHILIPULVER
3 EL	SOJASOße
1 Prise	SALZ, PFEFFER

## VEGGIE-MODUS

250 g TOFU STATT HÄHNCHEN-  
BRUSTFILET VERWENDEN

1. Reis nach Packungsanleitung im Topf oder Reiskocher garkochen und gegebenenfalls warmhalten. Während der Reis kocht, den Rest zubereiten.
2. Hähnchenbrustfilet in mundgerechte Stücke schneiden, dann in einer Schale mit der Speisestärke mischen, sodass das Fleisch von allen Seiten bedeckt ist.
3. Paprika in Stücke schneiden. Gurke längs halbieren. Mit einem Löffel die Kerne ausschaben. Gurke in Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in Halbringe schneiden. Enden der Frühlingszwiebeln abschneiden und diese in 3 cm lange Stücke schneiden. Weiße und grüne Teile der Frühlingszwiebelstücke trennen.
4. Eine große Pfanne erhitzen und das Sesamöl hineingeben. Hühnerfleisch hineingeben und von allen Seiten auf mittlerer Hitze gut anbraten. Paprika, Zwiebel und weiße Stücke der Frühlingszwiebeln hinzugeben und ca. 5 Minuten mitbraten.

Den Tofu abtropfen lassen, in etwas Küchenpapier wickeln und zwischen zwei schweren Tellern eine halbe Stunde auspressen. In Würfel schneiden, dann in der Speisestärke wenden und mit Schritt 3–7 wie oben beschrieben fortfahren.

## PRO-TIPP

MISCH DEN FERTIG GEGARTEN REIS MIT 2 EL SESAMSÄMEN. DAS GIBT DEM REIS EINEN TOLLEN GE SCHMACK! WER HAT, SOLLE FÜR DAS GERICHT AUF JEDEN FALL GERÖSTETES SESAMÖL VERWENDEN.

5. Tomatenmark, Ananasstücke inklusive der Flüssigkeit, Ketchup, Tafelessig, Zucker, Chilipulver und Sojasoße hinzugeben. Alles noch etwa 5 Minuten köcheln lassen.
6. Gurkenstücke und grüne Teile der Frühlingszwiebeln hinzugeben und nochmals 5 Minuten köcheln lassen. Soße mit Salz, Pfeffer und Chilipulver abschmecken. Der Garpunkt vom Gemüse ist eher knackig. Wer es lieber etwas durch mag, kann die Soße noch ein paar Minuten länger auf kleiner bis mittlerer Hitze köcheln lassen.
7. Hähnchen süß-sauer mit gekochtem Reis servieren.



EINKAUFSLISTE



# NO BAKE HONIG-PANNA COTTA-KUCHEN DES WALDLÄUFERS

Auf dem Weg durch den Wald gibt es viele Leckereien! Dort Feuer zu entfachen, ist allerdings keine Option.  
Viel besser ist ein frischer, fruchtiger Kuchen mit Waldbeeren, Nüssen und Honig ohne Backen.  
Am besten immer einen Abend vorher zubereiten, damit die Kraft der Natur sich vollständig entfalten (und der Kuchen fest werden) kann.



## FÜR EINE 26 cm SPRINGFORM:

150 g	BUTTERKEKSE
150 g	BUTTER
50 g	GEMAHLENE, BLANCHIERTE MANDELN
125 g	HIMBEEREN
125 g	BROMBEEREN ODER 250 g WALDFRÜCHTE DER SAISON
800 g	SAHNE
300 g	WALDHONIG
2 Pkg.	BOURBON-VANILLEZUCKER (JEWELS 8 g)
2 Pkg.	GEMAHLENE GELATINE (JEWELS 9 g)
1 EL	ZUCKER

## OPTIONAL:

FRÜCHTE, MINZBLÄTTER UND ESSBARE BLÜTEN ZUM VERZIEREN.

1. Die Kuchenform auf dem Boden mit Backpapier auslegen und im Rand einklemmen. Überschüssiges Backpapier abtrennen. Die Butterkekse in einen Gefrierbeutel geben und mit einem schweren Gegenstand zu Kekskrümeln zerkleinern. Alternativ mit den Händen in einer Schale zerkleinern.

2. In einer Schüssel Butter und Kekskrümel gut miteinander mischen. Diesen Teig auf dem Boden der Springform gleichmäßig hoch ausbreiten und fest andrücken. Die gemahlenen Mandeln darauf verteilen und alles nochmals gut festdrücken. Die Form in den Kühlschrank stellen.

3. Das Obst waschen und trocken tupfen. Die Beeren in einer Schale mit 1 EL Zucker mischen.

4. Die gemahlene Gelatine nach Packungsanleitung in einer kleinen Schale mit Wasser quellen lassen.

5. Sahne, Vanillezucker und Honig in einen Topf geben und erhitzen, bis Dampf aufsteigt. Vom Herd nehmen und die gequollene Gelatine unterrühren, bis sie sich komplett aufgelöst hat. Alles kurz abkühlen lassen.

6. Die Form aus dem Kühlschrank holen und die Beeren auf dem Kuchenboden verteilen. Dann mit einer Kelle vorsichtig nach und nach den Sahne-Mix in die Form geben. Die Kuchenform wieder in den Kühlschrank stellen und mehrere Stunden fest werden lassen (am besten über Nacht). Nach Belieben mit zusätzlichen Beeren, Minzblättern und essbaren Blüten verzieren.

## VEGGIE-MODUS

2 PÄCKCHEN AGARTINE (2 x 15 g)  
ODER ANDERE VEGETARISCHE GELATINE (ALTERNATIVE FÜR 1 LITER FLÜSSIGKEIT)

Schritt 1–3 wie oben beschrieben zubereiten (und Schritt 4 oben weglassen).

4. Sahne, Vanillezucker, Agartine und Honig in einen Topf geben und zum Kochen bringen. 2 Minuten unter Rühren kochen lassen.

Mit Schritt 6 fortfahren.



EINKAUFSLISTE





## KOCH DICH VOM NOOB ZUM PRO!

Gamer aufgepasst! Jetzt wird es köstlich! Das Gaming Kochbuch bietet euch eine Vielzahl einfacher und schneller Rezepte, die eurem Kochskill ein Level Up verpassen. Egal ob Kochanfänger oder Küchen-Pro. In den 5 Kapiteln erwarten euch kulinarische Abenteuer für jeden Gamer, Dungeon Master und Spieleabend. Schnelle Rezepte, wenn man die Zeit beim Zocken vergessen hat. Typische Items als essbare Goodies. Leckere Kleinigkeiten für einen geselligen Spieleabend. Passende Rezepte zu den einzelnen Charakterklassen in Spielen oder den typischen Welten eines RPG. Egal ob Solo oder im Mehrspielermodus werden euch diese Rezepte begeistern. Jedes davon ist in einer normalen und einer vegetarischen Variante vorzufinden, sodass jeder den perfekten Genuss beim Zocken erleben kann. Mach dich bereit für deine daily Kochquest. Game on!

Die Autorin Angelina Paustian, auch bekannt als @mangakochbuch aus den sozialen Medien, ist leidenschaftliche Gamerin. Sie hat mit der Manga Kochbuch-Reihe bereits 6 Kochbücher veröffentlicht, zweimal den Gourmand World Cookbook Award gewonnen, in Japan gelebt und Ernährungswissenschaften studiert.



### DAS *Gaming* Kochbuch

LOADING...

**avBUCH**

[www.codmos.de](http://www.codmos.de) | [www.avbuch.at](http://www.avbuch.at)



MIX  
Papier | Fördert gute Waldnutzung  
Paper | Supporting responsible forestry  
FSC® C010798

Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen Co<sub>2</sub>-neutral gedruckt!



9783840470622

9 783840 470622