

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Rezepte**

**Brown, Boveri und Cie.**

**Mannheim, [circa 1960]**

[Rezeptteil]

[urn:nbn:de:bsz:31-294676](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294676)



## Suppen

Jedes vollgültige Essen wird durch eine Suppe eingeleitet, denn eine gute Suppe ist der verheißungsvolle Auftakt für das Hauptgericht. Selbstverständlich kann jede Suppe mit Hilfe des Mixers wesentlich verbessert werden.

Da gibt es z. B. die vielen Küchenkräuter, die kurz vor dem Anrichten, mit etwas Suppe püriert, beigegeben werden. Sie erhöhen den Wohlgeschmack und bereichern die Suppe noch dazu mit wertvollen Naturstoffen.

Oder es finden sich beispielsweise noch Reste vom gestrigen Braten: im Mixer nach Gebrauchsanweisung fein zerkleinert gehen sie ganz in der Suppe auf und sind nicht mehr als klägliche Reste zu erkennen, die sonst den guten Eindruck der Suppe schmälern würden.

Sie haben noch andere Ideen? Nur zu! Aber eines beachten Sie bitte: beim Pürieren heißer Suppen füllen Sie den (hitzebeständigen) Becher nur zur Hälfte.

### *Beachten Sie bitte:*

Wird heiße Flüssigkeit im Mixer verarbeitet, darf der Becher nur zur Hälfte gefüllt werden. Schaltfolge über Stufen I, II auf III. Deckelstöpsel etwas aufstellen. Die Zugabe von rohen Zwiebeln oder Gewürzen, die im Mixer mitzerkleinert werden, keinesfalls erhöhen, da der Geschmack und das Aroma durch das vollständige Pürieren sehr intensiv werden.

#### **Frühlingsuppe**

*Stufe III*

Zwiebel und Petersilie in Fett andämpfen, zusammen mit vorgerichteten Gemüsen in den Mixer geben und fingerbreit mit Bouillon oder Wasser bedeckt ca. 30 Sek. pürieren. (Grüne Erbsen können ganz, Bohnen und Blumenkohl nach Wahl nur in kleine Stücke geschnitten der Suppe beigegeben werden.) Weichkochen, würzen und nach Belieben als Einlage Klößchen oder Eierstich zugeben.

*Verschiedene Gemüse (je nach Jahreszeit), Karotten, Sellerie, Kohlrabi, Tomaten, frische Bohnen, grüne Erbsen, Lauch, Blumenkohl, — 2 Eßl. Fett, 1 kl. Zwiebel, Salz, Petersilie, Bouillon*

#### **Gemüsesuppe**

*Stufe III*

Lauch und Karotten in Fett dämpfen. Alle Zutaten außer Tomatensaft in den Mixer geben und ca. 5 Sek. auf Stufe II rotieren lassen, bis Inhalt teilweise zerkleinert ist. Tomatensaft oder -püree mit etwas Wasser verdünnt aufkochen, mit Stärkemehl abbinden und den Becherinhalt zugeben. Kurz aufkochen lassen, würzen und gleich servieren.

*2 Eßl. Fett, 2 Lauchstengel geschnitten, 1/2 Ltr. Fleischbrühe, 1/2 Tasse geschnittene Karotten, Blumenkohl, etwas Petersilie, Kohlrabi, einige Sellerieblätter, 1 Tasse Tomatensaft od. 1 Teel. Tomatenpüree, 1 Teel. Salz, etwas Stärkemehl*

#### **Erbsensuppe**

*Stufe III*

Über Nacht eingeweichte Erbsen einmal aufkochen. Lauch, Petersilie und Zwiebel dämpfen, zusammen mit Erbsen in den Mixer geben und mit heißer Brühe fingerbreit bedecken. Über Stufe I auf III schalten, fein pürieren, zusammen mit der Brühe garkochen und abschmecken. Mit gerösteten Semmelwürfeln und dem kleingeschnittenen Speck servieren.

*80 g grüne oder gelbe getrocknete Erbsen, 50 g geräucherter Speck, 1 Stange Lauch, Petersilie und 1 kl. Zwiebel, Suppenwürze, 3/4 Ltr. Brühe*

#### **Weißer Bohnensuppe**

*Stufe III*

Zubereitung wie Erbsensuppe. Nach Belieben mit einem Schuß Essig abschmecken.

*80 g weiße Bohnen, übrige Zutaten wie bei Erbsensuppe*

### Zwiebelsuppe

Stufe III

Zwiebelscheiben gut zugedeckt ca. 15 Min. in Fett dämpfen. Dann Deckel abheben, Haferflocken zugeben und zusammen leicht bräunen. Alle Zutaten im Mixer ca. 30 Sek. auf Stufe III pürieren, bis zum Kochen erhitzen und evtl. mit Ei und 2 EBl. Rahm legieren. Mit gerösteten Semmelwürfelchen servieren.

2 EBl. Fett, 200 g Zwiebeln,  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Brühe, Sellerieblätter,  
etwas Petersilie,  
Suppenwürze, Schnittlauch,  
30 g Haferflocken

### Karottensuppe

Stufe III

Karotten und Zwiebel in Fett dämpfen. Mit etwas Brühe im Mixer fein pürieren. Eine helle Mehlschwitze herstellen, mit Brühe auffüllen, Becherinhalt dazugeben und kurz kochen. Würzen und evtl. mit Eigelb und Rahm oder Milch verfeinern. Mit Petersilie bestreut anrichten.

250 g Karotten, 2 EBl. Fett,  
1 EBl. Mehl,  
Salz,  
1 kl. Zwiebel, Petersilie,  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Brühe

### Wiringsuppe – Kohlrabisuppe – Selleriesuppe – Spargelsuppe – Grüne Erbsensuppe

Stufe III

Zubereitung wie Karottensuppe mit entsprechenden Gewürzen.

### Tomatensuppe

Stufe III

Zwiebel in Fett dämpfen und mit Tomaten im Mixer fein pürieren. Eine helle Mehlschwitze herstellen, mit ca.  $\frac{1}{2}$  Ltr. Brühe auffüllen und aufkochen. Den Becherinhalt zugeben, durchkochen lassen und mit Suppenwürze, einer Prise Zucker und evtl. mit Kräutern abschmecken. Einlagen: Nudeln, Reis oder Röstwürfel.

8–10 Tomaten,  
1 kl. Zwiebel,  
Fett, Mehl, Gewürze,  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Brühe

### Kartoffelsuppe

Stufe III

Zutaten vorrichten, Petersilie, Lauch und Zwiebel in Fett dämpfen. Alle Zutaten dazugeben und mit Brühe gut bedeckt garkochen lassen. Dann heiß im Mixer pürieren (Schaltfolge Stufe I, II, III), nach Belieben mit saurer Sahne oder etwas Reibekäse abschmecken und mit gerösteten Semmelwürfelchen gleich servieren.

ca. 250 g rohe Kartoffeln,  
1 Tomate oder etwas  
Tomatenmark, 1 Karotte, 1 Stück  
Sellerie, Lauch, Petersilie,  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel, 2 EBl. Fett,  $\frac{1}{2}$  EBl.  
Röstmehl, Pfeffer, Salz, Majoran,  
1 EBl. saure Sahne, Brühe

### Pilzsuppe

Stufe III\*

Die zugerichteten Pilze in heißem Fett mit Zwiebel und Petersilie dämpfen, mit Brühe ablöschen und abschmecken. Im Mixer alles fein pürieren, kurz aufkochen und zur Verfeinerung 1 Eigelb und 2 EBl. Sahne durchziehen lassen bzw. mit einem Schuß Weißwein abschmecken.

250 g Champignons oder Steinpilze, 2 EBl. Butter, 2 EBl. Mehl, 1 kl. Zwiebel, Petersilie, Salz, Pfeffer, Muskat, Suppenwürze, Zitronensaft,  $\frac{3}{4}$  Ltr. Brühe

### Spinatsuppe

Stufe III

Den gut gewaschenen Spinat mit der Milch in den Mixer geben und gut durchpürieren. Eine helle Mehlschwitze herstellen, mit Brühe oder mit Wasser auffüllen und den Becherinhalt bis auf einen kleinen Teil dazugießen. Alles gut durchkochen lassen, die Suppe würzen, mit Eigelb und Sahne legieren, etwas abgeriebene Zitrone und zum Schluß den restlichen Roh-Spinat hinzugeben.

200 g Spinat,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, 2 EBl. Fett, 2 EBl. Mehl, Zitrone, Gewürze, 1 Eigelb, 2 EBl. Sahne, Brühe

### Salatsuppe

Stufe III

Wie Spinatsuppe zubereiten; schmeckt sehr fein. Wie freut sich die Hausfrau, wenn sie nun die Möglichkeit hat, den vielen Salat verwerten zu können, den der Garten auf einmal bietet.

200 g Salat, übrige Zutaten wie bei Spinatsuppe

### Linsensuppe

Stufe III

Linsen über Nacht einweichen. Speck, Zwiebel, Sellerie, Lauch und Petersilie dämpfen, dann mit Linsen und etwas Brühe in den Mixer geben und fein pürieren, 5 Min. kochen lassen und abschmecken. Mit etwas Sahne oder Dosenmilch verfeinern und mit in Scheiben geschnittener Brühwurst anrichten.

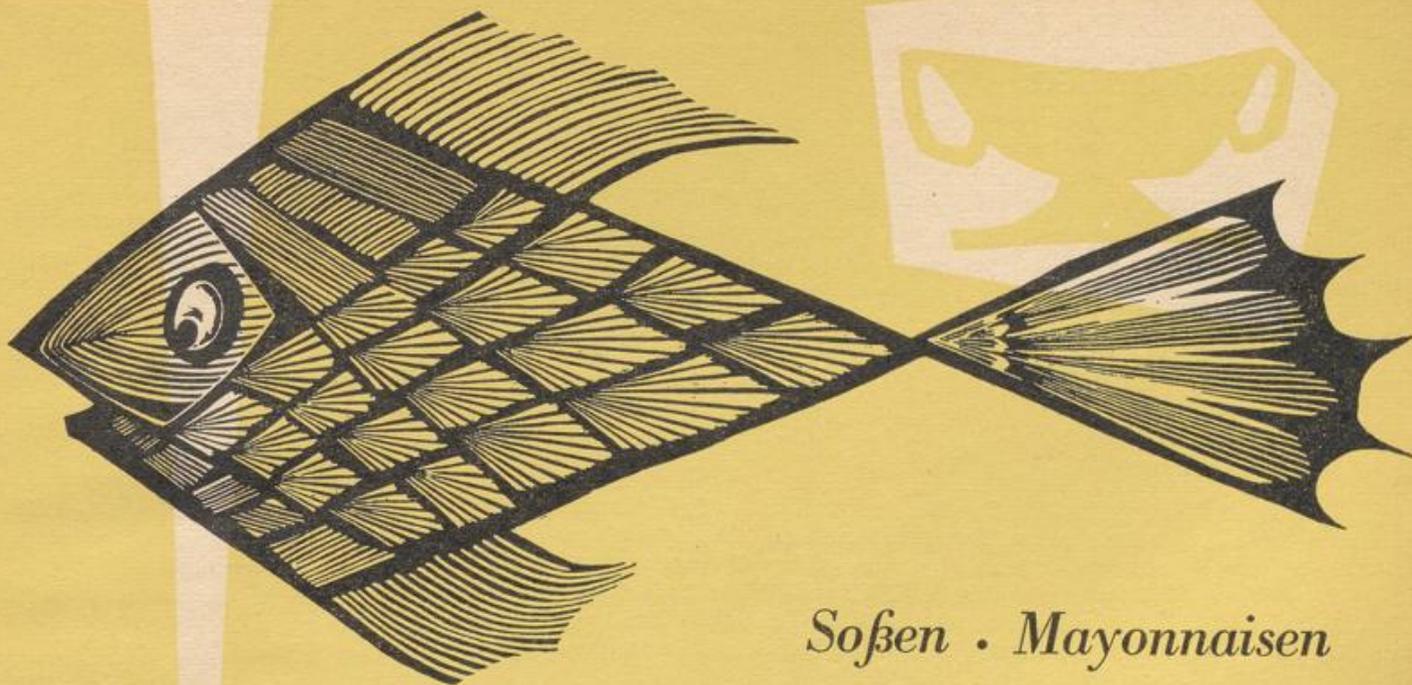
80 g Linsen, 50 g fetten geräucherten Speck, etwas Lauch,  $\frac{1}{2}$  Zwiebel, Petersilie, Sellerie, Suppenwürze,  $\frac{3}{4}$  Ltr. Brühe

### Königinsuppe

Stufe III

Soviel Brühe in den Mixer geben, daß die Messer bedeckt sind. Das abgelöste, in Stücke geschnittene Hühnerfleisch einfüllen und pürieren. (Bei einem großen Huhn evtl. in 2 Partien verarbeiten.) Aus Fett und Mehl eine helle Schwitze bereiten und mit der restlichen Brühe auffüllen. Den Becherinhalt zugeben, durchkochen lassen, mit Eigelb und Sahne legieren, würzen und zum Schluß mit Weißwein verfeinern.

$\frac{1}{2}$  Suppenhuhn, 1 Ltr. Hühnerbrühe, 40 g Butter, 2 EBl. Mehl, 1 Eigelb, 2 EBl. süße Sahne, 3 EBl. Weißwein, Salz



## *Soßen . Mayonnaisen*

Sie werden zunächst nicht vermuten, daß der Mixer auch das richtige Gerät für die Zubereitung von Soßen ist. Aber gerade bei Soßen ist das Pürieren, d. h. feinstes Zerkleinern ohne Rückstände (die beim Passieren durch ein Sieb unvermeidlich sind), besonders angebracht. Praktisch alle Gewürze (nicht jedoch Lorbeerblatt und Nelken) sowie Zwiebeln, Tomaten und geeignete Reste werden mitpüriert und geben der Soße einen guten Geschmack.

Die Mayonnaisenherstellung — meist eine diffizile Angelegenheit — läßt sich bequem im Mixer bewältigen. Aber auch kalte Salat- und Dessertsoßen können mit Vorteil für den Geschmack im Mixer hergestellt werden.

## Warme Soßen

Alle Bratensoßen werden vor dem Anrichten im Mixer mit sämtlichen Bratenrückständen wie Zwiebeln, Speck oder geschmorten Tomaten gut püriert und schaumig geschlagen. Eine Zugabe von Mehl ist meist nicht erforderlich, da die Soße durch die pürierten Zutaten sämig wird; bei Bedarf kann jedoch etwas Stärkemehl beigegeben werden. Bei heißen Soßen den Becher nur zur Hälfte füllen und langsam über Stufen I und II auf III schalten. Den Deckelstöpsel etwas aufstellen, damit der Dampf entweichen kann.

### Bratensoße braun

Stufe III

Geschnittene Zwiebel und Karotte im Fett gut dämpfen, dann in den Mixer geben. Tomaten, Gewürze (evtl. Speck) und etwas Flüssigkeit dazugeben und alles fein pürieren. Eine dunkle Mehlschwitze herstellen, mit Brühe auffüllen und aufkochen lassen. Becherinhalt hineingießen, durchkochen lassen und Suppenwürze beigegeben. Einen kräftigen Geschmack bekommt die Soße durch Zugabe von etwas Weißwein, der zum Schluß beigelegt wird.

1 gr. Zwiebel, 1 Karotte,  
2 Tomaten oder 1 Teel.  
Tomatenpüree, 1—2 Eßl. Mehl,  
ca. 30 g Fett, ca. 1/4 Ltr.  
Fleischbrühe, Salz, Pfeffer,  
etwas gekörnte Fleischbrühe

### Tomatensoße

Stufe III

Die Tomaten vor dem Schälen abbrühen, dann zusammen mit Zwiebel, etwas Brühe, Schinken und Majoran in den Mixer geben und alles fein pürieren. Aus Mehl und Butter eine helle Mehlschwitze herstellen und mit der Brühe auffüllen. Den Becherinhalt in die kochende Grundsoße geben und kurz mitkochen. Gewürze und einen Schuß Sahne oder Dosenmilch erst zum Schluß der Soße beifügen. — Eine Geschmacksveränderung kann durch Beigabe einer Ecke Schmelzkäse erreicht werden. Schmeckt delikater zu Spaghetti oder Bandnudeln!

500 g Tomaten, 1 kl. Zwiebel,  
40 g Butter, 1 geh. Eßl. Mehl,  
50 g Schinken, 1/4 Ltr.  
Fleischbrühe oder Wasser,  
Paprika, etwas Salz und Pfeffer,  
etwas Zucker und Majoran

### Ital. Tomatensoße

Hackfleisch und geschnittene Zwiebel im Fett leicht anbräunen. Tomaten und evtl. einige Pilze aus der Dose und 1 Stückchen Sellerieknolle im Mixer fein pürieren. Becherinhalt zum Hackfleisch geben und mit Fleischbrühe und Rotwein auffüllen. Würzen mit Majoran, 1 Lorbeerblatt, Salz, Pfeffer, etwas Sahne und Zitronensaft und 15 Min. langsam kochen lassen. Zum Schluß mit einem Eßl. geriebenen Käse abschmecken. – Diese Soße wird zu Spaghetti gereicht, vergessen Sie aber nicht, Reibekäse über das fertige Gericht zu streuen und 1 Glas Rotwein dabei zu trinken, sonst ist der Genuß nur unvollkommen!

Stufe III

125 g Hackfleisch, 6 gr. Tomaten, 1 Zwiebel, etwas Fett,  $\frac{1}{2}$  Tasse Fleischbrühe,  $\frac{1}{2}$  Glas Rotwein, etwas Sahne, Zitronensaft, Majoran, Salz, Pfeffer, 1 Eßl. geriebenen Käse, – evtl. einige Pilze und etwas Sellerieknolle

### Zwiebelsoße

Die Zwiebeln schneiden und mit dem Mehl im Fett rösten. Ca.  $\frac{1}{4}$  Ltr. Brühe oder Wasser aufgießen, durchkochen lassen und dann im Mixer fein pürieren. Mit allen Gewürzen noch etwa  $\frac{1}{4}$  Stunde kochen lassen. Zu Leber oder kurz gebratenem Fleisch servieren.

Stufe III

2 gr. Zwiebeln, 40 g Fett, 2 Eßl. Mehl, Fleischbrühe oder Wasser,  $\frac{1}{2}$  Lorbeerblatt, 1 Nelke, Muskat, Pfeffer, etwas gekörnte Suppenwürze, 2 Eßl. Wein, nach Wunsch etwas Zucker

### Aparte Fischsoße

Eine helle Mehlschwitze bereiten und mit etwas Wasser auffüllen und kurz aufkochen. In den Mixbecher geben, zusammen mit der Petersilie kurz mixen. Alle anderen Zutaten beifügen und auf Stufe II gut vermischen. Fischfilet auf eine Jenaer Glasplatte geben, die Soße darübergießen und im Ofen backen, bis der Fisch gar ist.

Stufe II

1 Ei, 1 Glas Wein, Saft einer Zitrone, 1 Eßl. Mehl, 1 Eßl. Butter, nach Wunsch Petersilie.  
— Fischfilet

### Leber-Orangen-Soße

Stufe III

Die sehnenfreie Leber im Fett leicht anbraten. Dann mit etwas Bouillon im Mixer fein pürieren und mit dem Rotwein auf kleiner Flamme leicht ziehen und einkochen lassen. Die Soße wird mit frischem Orangensaft, etwas abgeriebener Zitronenschale und den Gewürzen abgeschmeckt und zu Nudeln gereicht.

125 g Leber, 40 g Fett, Salz,  
Pfeffer, 1 Glas Rotwein, etwas  
Bouillon, etwas frischer  
Orangensaft und abgeriebene  
Zitronenschale

### Pilzsoße

Stufe III

Eine weiße Grundsoße bereiten. Die geputzten Pilze in Butter dämpfen, mit etwas Soße im Mixer pürieren, in die restliche Soße geben und mit Zitronensaft abschmecken.

Weißer Grundsoße  
— 100 g Pilze, etwas Butter,  
etwas Zitronensaft

Diese Soße schmeckt vorzüglich zu Fisch, Reis, Kartoffelgerichten oder Nudeln.

### Käsesoße

Stufe III

Zuerst den Käse im trockenen Mixbecher reiben und ausschütten. Eigelb mit Mehl und Fleischbrühe im Mixer verquirlen und im Wasserbad unter ständigem Schlagen erwärmen. Die Hälfte der Butter oder Margarine, die Sahne und dann den Rest der Butter und zum Schluß den geriebenen Käse unter Schlagen begeben und fortfahren, bis die Soße dicklich ist. Sie darf nicht kochen.

80 g Käse, 3 Eigelb, 2 EBl. Mehl,  
eine kl. Tasse Fleischbrühe,  
100 g Butter oder Margarine,  
3 EBl. saure Sahne

Eine pikante Soße zu Eiern, Makkaroni oder Fisch.

Eine einfache Käsesoße können Sie herstellen, indem Sie 125 g Käse im trockenen Becher reiben und mit etwas Zitronensaft an eine weiße Grundsoße geben.

## Kalte Soßen

### Pikante Quarksoße

Stufe III

Alle Zutaten außer Quark in den Mixer geben und vermischen. Den Quark nach und nach während des Betriebes durch die Deckelöffnung dazugeben. Wird die Soße zu dick, mit etwas Milch oder Dosenmilch verdünnen.

Die Soße wird zu kaltem Fleisch gereicht.

250 g Quark, 2 EBl. herbe Johannisbeer- oder Preiselbeermarmelade, 6 EBl. Sahne, 1 EBl. Senf, etwas Zucker und Salz, 1 Teel. Arrak oder Cognac, evtl. noch etwas Milch oder Dosenmilch

### Senfsoße kalt

Stufe III

Alle Zutaten mit 2 der hartgekochten Eier in den Mixer geben und vermischen. Während des Betriebes die beiden restlichen Eier zugeben und alles zu einer cremartigen Soße verarbeiten. Sehr kalt stellen und zu gekochtem kaltem oder warmen Rindfleisch reichen.

4 hartgekochte Eier, 3 EBl. guten Senf, 1 gestr. Teel. Zucker, 3 EBl. Zitronensaft, 1 Prise weißen Pfeffer,  $\frac{1}{8}$  Ltr. Öl, etwas Salz

### Feine Heringssoße

Stufe III

Den vorgerichteten Hering mit Zwiebel, Sahne und allen Gewürzen gut pürieren und mit etwas Wasser aufgießen. Diese Soße eignet sich gut zu Pellkartoffeln.

1 Heringsmilchner oder Matjeshering,  $\frac{1}{8}$  Ltr. Rahm oder Dosenmilch, etwas Zwiebel, Senf und Petersilie nach Geschmack, nach Wunsch eine Spur Zucker

### Meerrettichsoße, roh

Stufe III

Den geschälten, der Länge nach durchschnittenen Meerrettich trocken im Mixer zerkleinern. Nach Zugabe der übrigen Zutaten alles gut durchmischen.

Passend zu Schellfisch, gekochtem Fleisch, Würstchen, Pellkartoffeln usw.

Ein 6—8 cm langes Stück Meerrettich, 1 kl. Tasse Quark, 6—8 EBl. saure Sahne, Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone, 1 Teel. Zucker, 1 Prise Salz

## Dessertsoßen

### Erdbeersoße

Stufe III

Alle Zutaten im Mixer fein pürieren. Kalt servieren zu Vanillepudding oder Biskuits.

Die Soße kann auch mit allen anderen Beeren hergestellt werden.

500 g frische Erdbeeren, 100 g Zucker, Zitronensaft, etwas Sahne oder Milch

### Aprikosenmarmeladensoße

Stufe II

Marmelade und Saft im Mixer gut vermischen. Den Wein nur noch kurz durchmischen.

Die Soße kann auch mit jeder anderen Marmelade hergestellt werden und schmeckt ausgezeichnet zu Reisauflauf oder heißem Mehlpudding.

1 Tasse Aprikosenmarmelade, 1/2 Tasse Rotwein, etwas Zitronen- oder Fruchtsaft oder Wasser

### Madeira-Soße

Stufe II

Alle Zutaten werden im Mixer auf Stufe II gut verquirlt. Im Wasserbad die Soße dickschaumig schlagen.

Eine leckere Beigabe zu heißem Mehlpudding oder Rohrnudeln!

2 Eier, 1 Teel. Stärkemehl, 2 Eßl. Zucker, etw. Zitronensaft, 2 Glas Madeira

### Krokant-Soße

Stufe III

50 g Zucker und Mandeln in einer Pfanne hellbraun brennen. Erkalten lassen und im trockenen Mixer zerkleinern, indem man sie auf das laufende Messer wirft. Nun Milch und Zucker aufkochen, heiß in den Mixer geben und langsam über Stufe I auf II schalten. Während des Betriebes Vanillesoßenpulver und Eigelb beifügen und Soße noch einmal bis zum Kochen kommen lassen. Krokantmasse untermischen und Soße während des Erkaltes öfter vorsichtig umrühren.

1/2 Ltr. Milch, 100 g Zucker, 1 Päckchen Vanillesoßenpulver, 1-2 Eigelb, — 50 g Mandeln, 50 g Zucker

# Mayonnaisen

Sie können ohne Herzklopfen an die Zubereitung von Mayonnaisen gehen. Wenn Sie einige Ratschläge von uns beachten, dann kann einfach garnichts mißglücken!

Achten Sie darauf, daß Becher und Messer tadellos sauber und trocken sind. Dann stellen Sie alle Zutaten griffbereit hin und überzeugen sich, ob die Eier gut sind. Unsere Mixer-Mayonnaise kann auch ohne weiteres mit eingelegten Eiern hergestellt werden. Man verwendet Eiweiß und Eigelb zusammen, doch können Sie auch eine reine Eigelb-Mayonnaise bereiten. Vor allem aber: Öl und Eier müssen die gleiche Temperatur haben!

## Grundmayonnaise

Das Ei mit Zitronensaft, Essig, Senf, Zucker, Salz und den Kapern auf Stufe III vermischen. Dann auf Stufe II schalten und durch die Deckelöffnung langsam soviel Öl zugießen, bis die Mayonnaise die gewünschte Festigkeit hat.

Stufe II

1 Ei, 1 EBl. Zitronensaft, etwas Weinessig, 1 Teel. Senf,  $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{4}$  Ltr. Öl, 1 Prise Zucker, etwas Salz, 2—3 Kapern

## Quarkmayonnaise

Flüssigkeit mit Senf und Gewürzen zuerst in den Becher geben, dann den Quark während des Betriebes einfüllen und alles glattrühren.

Stufe II

$\frac{1}{8}$  Ltr. Sahne oder Milch oder Öl, 1 Teel. Senf, 125 g Quark, etwas Salz, Kräuter oder Gewürzpulver

## Tomatenmayonnaise

Unter die Grundmayonnaise 1 EBl. Tomatenmark und feingehackte Petersilie mischen. Die Zugabe von etwas Tomaten-Catchup macht die Mayonnaise sehr pikant!

Stufe II

1 EBl. Tomatenmark oder etwas Tomaten-Catchup, Petersilie, Mayonnaise nach Grundrezept

## Kräutermayonnaise

Die Kräuter im trockenen Mixer zerhacken und unter die Grundmayonnaise mischen.

Stufe II

Etwas Dill, Petersilie, Liebstöckel und Schnittlauch

### Meerrettichmayonnaise

Stufe II

Ein kleines Stückchen Meerrettich im trockenen Mixer reiben und unter die fertige, nach Grundrezept zubereitete Mayonnaise mischen.

*1 kl. Stück Meerrettich,  
Mayonnaise  
nach Grundrezept*

### Grüne Mayonnaise

Stufe II

Junger frischer Spinat wird mit kochendem Wasser überbrüht. Dann aufs Sieb geben, abtropfen lassen und im Mixer mit wenig Milch fein pürieren. Die vorher nach Grundrezept bereitete Mayonnaise zugeben und beides kurz vermischen.

*Mayonnaise  
nach Grundrezept,  
etwas junger Spinat*

### Gestreckte Mayonnaise

Stufe II

Aus Wasser und Mondamin oder Gustin wird ein Brei gekocht. Ist er erkaltet, vermischt man ihn im Mixer mit dem Ei, Essig, Senf, Salz und Pfeffer und gießt während des Betriebes das Öl langsam durch die Deckelöffnung dazu, bis sich die Masse bindet.

*1/8 Ltr. Wasser, 1 Ebl.  
Mondamin oder Gustin,  
1 Ei, 2 Ebl. Essig,  
1 Teel. Senf, 1/4 Ltr. Öl,  
etwas Salz und Pfeffer*

### Kartoffelmayonnaise

Stufe II

Der Grundmayonnaise zum Schluß einige gekochte Kartoffeln zugeben. Diese Mayonnaise ist leichter verdaulich und kann daher auch in der Krankenküche verwendet werden.

*Einige gekochte Kartoffeln,  
Mayonnaise  
nach Grundrezept*

## *Pastetchen · Vorspeisen*

Hier ist der Mixer in seinem Element! Mit ihm lassen sich mühelos alle Füllungen herstellen, die man sich für Pasteten denken kann. Dabei ist es gleichgültig, ob die Pastetenfüllung kalt oder warm angerichtet werden soll. Auch an dieser Stelle sei wieder an die gute Verwertungsmöglichkeit von Speiseresten erinnert.



*Bei zähflüssigen Pasten und Füllen beachten Sie bitte folgendes:*

Falls die zuletzt hinzugegebenen Zutaten von den Messern nicht mehr erfaßt werden und der Motor sehr schwer arbeitet, sofort abschalten, evtl. etwas der entsprechenden Flüssigkeit zugeben, die Masse mit dem Abstreifer etwas verrühren und dann mehrmals ruckartig von Stufe O auf III schalten, bis alles durchgearbeitet ist.

Das Reinigen des Messers und Bechers von dickflüssiger Masse ist kein Problem. Der Becher wird zur Hälfte mit heißem Wasser unter Zugabe eines Spülmittels gefüllt. Dann — bei aufgestelltem Deckelstöpsel — über Stufen I, II auf III schalten.

**Pikante Fleischfüllen für Pastetchen**

*Stufe III*

Das Brötchen in heißer Milch aufweichen. Eier und Rotwein in den Mixer geben und mit Zwiebel und Gewürzen pürieren. Das Fleisch in Stücke schneiden und nach und nach zugeben, ebenso Leber und Speck. Dann das aufgeweichte, ausgedrückte Brötchen dazutun und nochmals durcharbeiten.

125 g Kalbfleischreste, 80—100 g leicht angebratene Kalbsleber, 1 Brötchen, etwas Milch, etwas Speck, 2 Eier, 2 EBl. Rotwein, etwas Zwiebel, Suppenwürze, Salz, Pfeffer

**Käse-Zwiebelfüllung für Pasteten**

*Stufe III*

Die Käsestücke in den trockenen Becher aufs laufende Messer geben und zerkleinern. Ausschütten. 2 Eigelb mit den goldgelb gebratenen Zwiebeln im Mixer pürieren, Milch dazugeben und nach und nach den Quark. Die Masse zu dem geriebenen Käse geben und diesen mit dem geschlagenen Eischnee unterheben.

Den fertigen Blätterteig ausrollen. Förmchen oder 1 Springform damit auslegen,  $\frac{1}{3}$  des Teiges für Deckel zurücklassen. Pasteten mit der Masse füllen und Teigdeckel aufsetzen. Einige Male mit der Gabel einstecken. Bei guter Hitze goldgelb backen.

200 g Speisequark, 100 g Käse, 2 Eier, 2 gr. Zwiebeln, etwas Fett, 1 EBl. Mehl, 3 EBl. Milch, Salz, Pfeffer, Muskat, 200 g Blätterteig

### Pikante Tomatenschnitten

Stufe III

Die Weißbrotsscheiben mit Sardellenbutter oder -paste bestreichen, mit Tomatenscheiben und je einer passend geschnittenen Scheibe Käse belegen und nebeneinander auf ein gut gefettetes Backblech legen. Nun einen Teig aus den angegebenen Zutaten im Mixer herstellen und die Schnitten damit begießen. Im heißen Backofen goldgelb backen, auseinanderschneiden und mit gehacktem Schnittlauch bestreut heiß anrichten.

4 gr. Scheiben Weißbrot, etwas Sardellenpaste, 3—4 Tomaten, 4 dünne Scheib. Schweizerkäse. — Dickflüssiger Pfannkuchenteig aus 1 Ei, Mehl, etwas Weißwein, Salz, Muskat. — Schnittlauch

### Tomatenauflauf

Stufe III

Tomaten und Zwiebel grob zerschnitten im offenen Topf 10 Minuten dünsten. Mit etwas Mehl sämig machen und mit Salz, Zucker und etwas Tomaten-Catchup in den Mixer geben und fein pürieren. Zum Schluß 4 Eigelb und 2 EBl. vorher geriebenen Käse zugeben und nochmals schaumig rühren. Nun das steifgeschlagene Eiweiß mit 1 Teel. Stärkemehl mischen und vorsichtig mit dem Becherinhalt vermengen. In gefettete Förmchen füllen und im Ofen ca. 15 Min. überbacken.

40 g Butter, 6 Tomaten, 1 Zwiebel, 4 Eier, 2 EBl. Reibekäse, etwas Tomaten-Catchup, 1 Teel. Stärkemehl, Salz, 1 Prise Zucker, etwas Mehl

### Warme Käseschnitten

Stufe III

Käse in zwei Partien im trockenen Becher reiben und ausschütten. Eier und Wein in den Mixbecher geben, Mehl, Salz und Paprika nach Geschmack dazutun und vermischen. Zum Schluß Käse beimischen, Paste auf Weißbrotsscheiben streichen und im heißen Ofen leicht bräunen.

200 g Emmentaler- oder Schweizerkäse, 3 Eier, 1/2 Tasse Weißwein, 1 Teel. Mehl oder Grieß, Salz und Paprika

### Leberbrötchen überbacken

Stufe III

Zuerst Ei und Sahne in den Mixer geben und kurz verquirlen. Dann die übrigen Zutaten dazugeben und fein pürieren. (Leber muß sehnenfrei sein.) Masse auf dünne Weißbrotsscheiben streichen und im Ofen kurz überbacken.

ca. 100—125 g Gänse-, Kalbs- oder Hühnerleber, 50 g Butter, 1 Ei, 2—3 EBl. Sahne, Salz, Pfeffer, Suppenwürze, ganz wenig Zucker, einige Tropfen Zitronensaft

### Leberbrot

Stufe III

Leber zerschneiden und Sehnen und hautige Stellen entfernen. Alle Zutaten, Leber zuletzt, im Mixer etwa 2 Min. pürieren. Eine gut gefettete Backform mit Weißbrotscheiben auslegen, mit obiger Masse bedecken und im Ofen bei schwacher Hitze backen. Kann heiß oder kalt serviert werden.

300 g Leber,  $\frac{1}{2}$  Tasse Dosenmilch,  
1 Ei, 1 kl. Zwiebel, 1 EBl.  
Zitronensaft, 1 Prise Pfeffer,  
1 Teel. Salz, etwas Petersilie

### Gefüllte Eier

Stufe II

Die hartgekochten Eier durchschneiden. Das Eigelb im Mixer mit allen Zutaten gut pürieren und bergig in die Eihälften einfüllen. Auf Salatblättern anrichten und garnieren mit Sardellenringen, in die Kapern eingelegt werden, oder mit deutschem Kaviar und Lachsstreifen.

8 Eier, hartgekocht, 2 EBl. Öl,  
1 EBl. Essig, 1 Teel. Senf, Salz,  
Pfeffer, nach Wunsch Petersilie,  
oder Schnittlauch, — zum  
Garnieren: Sardellen, Kapern,  
Kaviar und Salatblätter

### Eier mit Champignons

Stufe II

Die hartgekochten Eier der Länge nach aufschneiden und Eigelb herausnehmen. Champignons in blättrige Scheiben schneiden und in Butter dämpfen. Dann Eigelb und Champignons im Mixer pürieren und abschmecken. Die Eier in eine Auflaufform mit der offenen Seite nach oben legen und die Masse bergig einfüllen. Mit Semmelbrösel überstreuen, auf jedes Ei ein Butterflöckchen setzen und im heißen Ofen kurz überbacken.

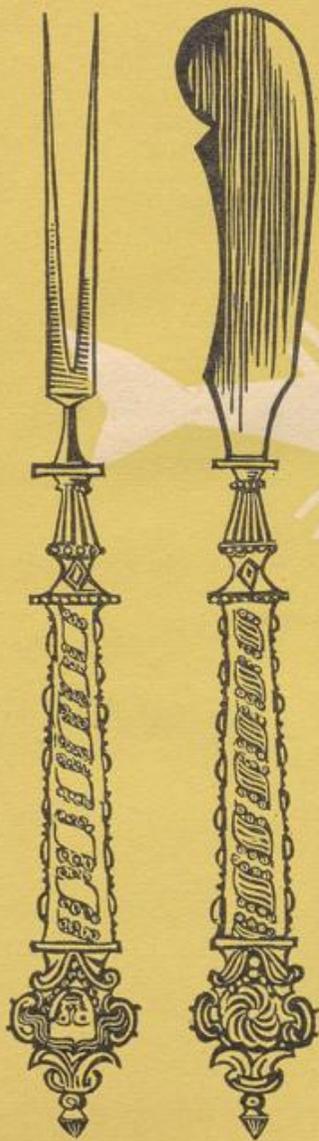
4 Eier, 30 g Butter, 150 g  
Champignons, Salz, Pfeffer,  
Zitronensaft,  
1 EBl. Semmelbrösel

### Senfbutter

Stufe III

Sämtliche Zutaten im Mixer sahnig rühren.  
Eine Abwechslung wird durch Zugabe von Küchenkräutern erreicht.

2 Eigelb, hartgekocht, 2 EBl.  
guten Senf, 2 EBl. Sahne,  
150—200 g Butter, nach Wunsch  
etwas Quark



## Pasten • Brotaufstriche

„Wie hast Du das wieder gemacht“, werden die Gäste sagen, die Sie mit ihrem Besuch überraschen wollten und die Sie dagegen mit ein paar schnell bereiteten Sandwiches oder Schnitten, auf die Sie eine „Mixer-Paste“ gestrichen haben, verblüffen. Und Sie werden geheimnisvoll sagen, es ist die „Rate-mal-Paste“, wobei Sie allerdings wissen, daß sie nur eine von den vielen Möglichkeiten ist, die Ihnen mit Hilfe des Mixers und dieses Büchleins — oder Ihrer Phantasie — zu Gebote stehen.

### Paprikakäse

Stufe III

Zuerst den Käse im trockenen Becher reiben und ausschütten. Die weiche Margarine und das erwärmte Palmin mit der Zwiebel in den Mixer geben und während des Betriebes den Quark einfüllen. Zum Schluß den geriebenen Käse und Gewürze begeben und alles nochmals durcharbeiten.

Die Masse in eine Form geben, kalt stellen und einen Tag binden lassen.

50 g Schweizer oder Emmentaler Käse, 125 g gute Margarine, 125 g Quark, 50 g Palmin, 1 kl. Zwiebel, 1 Päckchen Paprika, Salz, Pfeffer

### Schinken-Käse-Paste

Stufe III

Den Käse in zwei Partien im trockenen Becher reiben und ausschütten. Dann Tomatensoße mit Schinken pürieren, Käse dazugeben und unter evtl. Zugabe von weiterer Tomatensoße, Dosenmilch oder etwas Wein die Masse mit Mischtechnik von Stufe 0 auf III durcharbeiten. Auf Toast servieren.

Diese Paste läßt sich ebenfalls gut als Füllung für überbackene Semmelkörbchen verwenden. In diesem Falle gibt man 1 Ei und  $\frac{1}{2}$  Tomatensauce —  $\frac{1}{2}$  Wein dazu.

$\frac{1}{2}$  Tasse Tomatensoße, 125 g Emmentaler Käse, 6 Scheiben gerösteten Schinken

### Lachspaste

Stufe III

Alle Zutaten im Mixer fein pürieren. Auf Toast streichen und mit Kapern garnieren.

100 g Lachsschnitzel, 2 EBl. Rahm, 1 kl. Zwiebel, 2 EBl. Quark, Zitronensaft

### Schinken-Brotaufstrich

Stufe II

Alle Zutaten im Mixer auf Stufe II etwa 1 Min. pürieren, bis die Masse cremig ist. Kalt stellen und mit Tomaten, Gurken oder hartgekochten Eiern garnieren.

30 g Butter und  $\frac{1}{4}$  Ltr. warme Sülze, 100—125 g gekochten, kleingeschnittenen Schinken, etwas Vollmilchquark, Salz und Pfeffer

### Leberpaste I

Die Leberschnitten mit der Zwiebel leicht anbraten, dann mit der weichen Margarine und den Gewürzen in den Mixer geben und fein pürieren. Die Gelatine in etwas heißem Wasser auflösen, dazugeben und nochmals kurz durcharbeiten lassen.

Eine Schale kalt spülen, die Paste einfüllen und kalt stellen. Vor Gebrauch stürzen.

Stufe III

300 g Rindsleber, 200 g Margarine, 1 kl. Zwiebel, Salz, Pfeffer, Paprika, sonstige Gewürze nach Geschmack, 4 Blatt Gelatine

### Leberpaste II

Schweinskopf in Wasser mit Zwiebel, Nelke und Lorbeerblatt weichkochen. Nach dem Kochen das Fleisch von den Knochen lösen und die Gewürze wie Nelke und Lorbeerblatt entfernen. Leber auf beiden Seiten anbraten, in Stücke schneiden und zusammen mit dem abgelösten Fleisch in den Mixer geben. Einen Schöpflöffel von der Schweinskopfbühe und Majoran einschütten. Die Masse gut pürieren, in eine Schüssel geben und erkalten lassen.

Stufe III

500 g Schweinskopf, 150 g Rindsleber, 1 Zwiebel, 1 Nelke, 1 Lorbeerblatt, 1 Teel. Majoran, 1 Teel. Salz,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Schweinskopfbühe

### Wurstpaste

Warme Sülze und Essig in den Mixer geben, alle Zutaten beifügen und fein pürieren. In einer Schüssel kalt stellen und erstarren lassen.

Stufe III

100 g feingeschnittene und enthäutete Salami,  $\frac{1}{4}$  Ltr. warme Sülze, 1 EBl. Weinessig, 1 EBl. Senf, 1 kl. Zwiebel, 1—2 hartgekochte Eier, Salz, Pfeffer

### Ölsardinenpaste

Erst Ölsardinen mit Zwiebel und Öl zerkleinern. Dann Eier, Quark und Gewürze beifügen und die warme Sülze langsam dazugeben. Alles gut vermischen, auf einen Teller füllen, kalt stellen und erstarren lassen.

Stufe III

1 Dose Ölsardinen, 2 hartgekochte Eier,  $\frac{1}{4}$  Ltr. warme Sülze, 1 EBl. Öl, 1 kl. Zwiebel, 100 g Quark, nach Wunsch Salz und Pfeffer

### Delikateßpaste

Stufe III

Die Hälfte des Fleisches mit allen Zutaten im Mixer fein pürieren, das restliche, in Stücke geschnittene Fleisch während des Betriebes beimischen. In einer Schüssel kalt stellen und erstarren lassen. Bei Wildfleisch etwas Madeira oder Cognac beifügen. Auf Toast servieren.

ca. 150 g Fleischreste, 1 Tasse Mayonnaise, 2—3 Teel. Senf, Salz

### Delikate Fleischpaste

Stufe III

Alle Zutaten in den Mixer geben und durch mehrmaliges, ruckartiges Ein- und Ausschalten von Stufe 0 auf III gut mischen.

Diese Paste eignet sich speziell für Sandwiches-Füllung sehr gut.

50 g gek. Schinken, 50 g Zunge oder Braten, 80 g weiche Butter, 1 hartgekochtes Ei, Senf, Paprika, Zitronensaft, evtl. 1—2 EBl. Wein

### Schinken- oder Lachstüten

Stufe II

Meerrettich schälen, in Stücke schneiden und trocken im Mixer reiben. Den geschälten, entkernten Apfel und die Sahne dazugeben und alles gut durcharbeiten lassen. Die Schinken- oder Lachsscheiben mit der Masse füllen, zusammenrollen und durch Zwiebelringe stecken.

Die Tüten werden mit Toast gereicht.

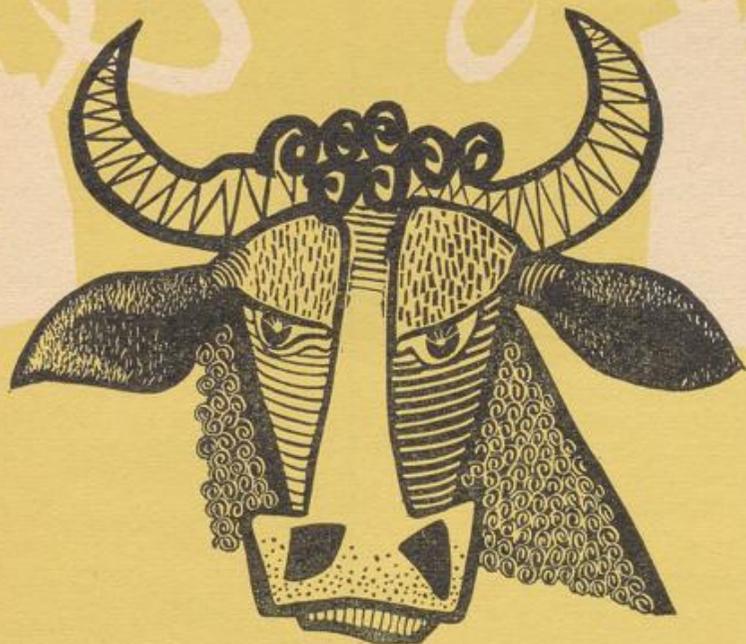
1 Stange Meerrettich, 1 Apfel, ca.  $\frac{1}{8}$  Ltr. Sahne, — Schinken- oder Lachsscheiben, 1 Zwiebel zum Garnieren

### Erdnußbutter

Stufe III

Die geschälten Erdnüsse zur Entfernung der braunen Häutchen erhitzen. Die Nüsse im trockenen Becher fein mahlen, Öl und etwas Salz dazugeben und durcharbeiten lassen, bis die Masse fein ist.

1 Tasse Erdnüsse, 1 EBl. Öl, etwas Salz



## *Fleischspeisen*

Beim Zerkleinern von Fleisch mit dem Mixer sind gewisse Regeln zu beachten. Nur bei völlig trockenem Mahlgut und bei Nahrungsmitteln, die entweder genügend Eigenflüssigkeit besitzen oder aber die mit Flüssigkeit zubereitet werden, bildet sich der für den Mixer typische Kreislauf: Das Mahlgut wird im schnellen Wechsel von den kreisenden Messern zur Becherwand geworfen und vom Sog der Messer wieder angezogen. Handelt es sich jedoch um flüssigkeitsarme und zähe Massen, so werden die zerkleinerten Teile nur an die Becherwand geworfen, ohne von den Messern zurückgeholt zu werden. Rohes Fleisch z. B. muß deshalb in Stücke vorgeteilt und in mehreren kleinen Portionen zerkleinert werden. Es eignet sich nur mürbes, völlig sehnenfreies Fleisch.

### Leberbraten

Stufe III

Die völlig sehnenfreie Leber mit Ei, Zwiebel und Gewürzen pürieren. Zum Schluß Majoran und Petersilie (und evtl. Pilze) zugeben und noch kurz durcharbeiten lassen. Inzwischen Semmel in Milch einweichen, ausdrücken, zerpfücken und in einer Schüssel mit dem Becherinhalt vermischen. Die Masse in eine gefettete Form geben und ca. 45 Min. im Ofen backen.

Der Leberbraten kann heiß und kalt serviert werden.

Als pikante Beigabe zum heißen Leberbraten reicht man gebratene Apfelfringe.

200 g Leber, 1 Ei,  
3—4 Semmeln,  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel, Salz, Pfeffer,  
etwas Majoran und Petersilie,  
evtl. einige Pilze

### Leberklöße

Stufe III

Die eingeweichten Brötchen gut ausdrücken und zerpfücken. Nun die sehnenfreie Leber enthäuten und mit dem Ei, Speck und Zwiebel im Mixer fein pürieren. Becherinhalt mit den zerpfückten Brötchen vermischen, würzen und evtl. noch etwas Semmelmehl zugeben. Runde Klöße formen oder abstechen und in leicht gesalzenem Wasser 15 bis 20 Min. gar ziehen lassen.

Die Leberklöße werden zu Sauerkraut mit Speckgrieben gereicht.

250 g Leber, 40 g fetten Speck,  
1 Zwiebel, 3—4 alte Brötchen,  
1 Ei, Salz, Majoran, evtl. etwas  
Semmelmehl

### Leberpudding

Stufe III

Die sehnenfreie Leber wird mit den Eidottern, Gewürzen und Zwiebel im Mixer fein püriert. Dann gibt man die 4 in heiße Milch gut eingeweichten Semmeln dazu und vermischt den Becherinhalt in einer Schüssel vorsichtig mit 1 Eßl. Mehl und dem steif geschlagenen Eiweiß. Die Masse wird in eine gefettete und mit Semmelbröseln ausgestreute Puddingform gefüllt und 1 Stunde im Wasserbad gekocht.

200 g Rindsleber, 4 Semmeln,  
 $\frac{1}{2}$  Zwiebel, 2 Eier, 1 Eßl. Mehl,  
Majoran, Petersilie, Salz,  
Pfeffer, etwas Zitronenschale

### Grundrezept für Fleischfüllen

Ei mit Flüssigkeit, Zwiebel, Petersilie und den Gewürzen in den Mixer geben und verarbeiten. Während des Betriebes durch die Deckelöffnung das in Stücke geschnittene Fleisch und den Schinken dazugeben. Wird die Masse zu dick, noch etwas der entsprechenden Flüssigkeit dazufügen und durch mehrmaliges ruckartiges Ein- und Ausschalten von Stufe 0 auf III durcharbeiten. Bei sehr magerem Fleisch kann man etwas fetten Speck zugeben.

Stufe III

ca. 250 g gekochte oder gebratene Fleischreste,  
2 Scheiben gekochten Schinken,  
1 Ei, 1/8 Ltr. Bratensoße, pikante  
Tomatensoße oder saure Sahne,  
Salz, Pfeffer, etwas Petersilie  
und Zwiebel, Semmelmehl

### Gefüllte Tomaten

Von den Tomaten einen Deckel abschneiden und die Früchte vorsichtig aushöhlen und salzen. Tomaten mit Fleischfülle, die nach Grundrezept zubereitet wurde, füllen und Deckel wieder aufsetzen. Die Früchte nebeneinander in eine gut gefettete Form stellen, mit geriebenem Käse und Semmelbrösel bestreuen, mit Butterflöckchen belegen und unter Zugabe von wenig Brühe im Ofen gar schmoren.

Stufe III

8 schöne Tomaten, Fleischfülle  
nach Grundrezept, etwas  
geriebenen Käse, Semmelbrösel  
und Butter

### Gefüllte Gurken

Die geschälten Gurken längs durchschneiden, aushöhlen, mit Salz, Pfeffer und Essig einreiben und mit der Fleischfülle nach Grundrezept füllen. Die Hälften aufeinander setzen und mit Nähfaden umwickeln. Die gefüllten Gurken in heißem Fett mit Zwiebel anbraten, mit Tomatenmark und etwas Brühe ablöschen und zugedeckt weichdämpfen. Kurz vor dem Anrichten das angerührte Mehl zugeben. Gurken auf heißer Platte anrichten und Fäden lösen. Die Soße wird im Mixer fein püriert, gut abgeschmeckt und über die Gurken gegeben.

Stufe III

2 dicke Gurken, Fleischfülle  
nach Grundrezept, Salz, Pfeffer,  
Essig, Zwiebel, Tomatenmark,  
2 EBl. Mehl, Backfett

### Gefüllte Kohlrabi

Stufe III

Die geschälten Kohlrabi in wenig Salzwasser weich kochen. Dann aushöhlen, mit Fleischfülle nach Grundrezept füllen und nebeneinander in eine gefettete Form stellen. Mit etwas saurer Sahne übergießen, mit Butterflöckchen belegen und im Ofen überbacken.

8 gleich große Kohlrabi,  
Fleischfülle nach Grundrezept,  
etwas saure Sahne und Butter

### Gefüllte Kartoffeln

Stufe III

Die geschälten Kartoffeln in Salzwasser halbgar kochen. Aushöhlen, mit Fleischfülle nach Grundrezept füllen, nebeneinander in eine Form stellen und mit etwas Brühe zugesetzt im Ofen weichdämpfen. Kräftig würzen.

8 große Kartoffeln, Fleischfülle  
nach Grundrezept, etwas Brühe  
und Butter

### Fleischhaschee

Stufe III

Zwiebel und Petersilie in Butter dünsten, mit Mehl bestäuben und mit Brühe ablöschen. Dicke Soße in den Mixer geben und während des Betriebes das in Stücke geschnittene Fleisch beifügen und fein pürieren. Würzen, durchkochen und nach Belieben mit Wein oder Zitrone abschmecken.

300 g Rindsbraten- oder  
Kalbsbratenreste, 1 Zwiebel,  
Petersilie, 3 Eßl. Butter, Salz,  
Pfeifer, Mehl, 2 Tassen  
Fleischbrühe

### Wildhaschee

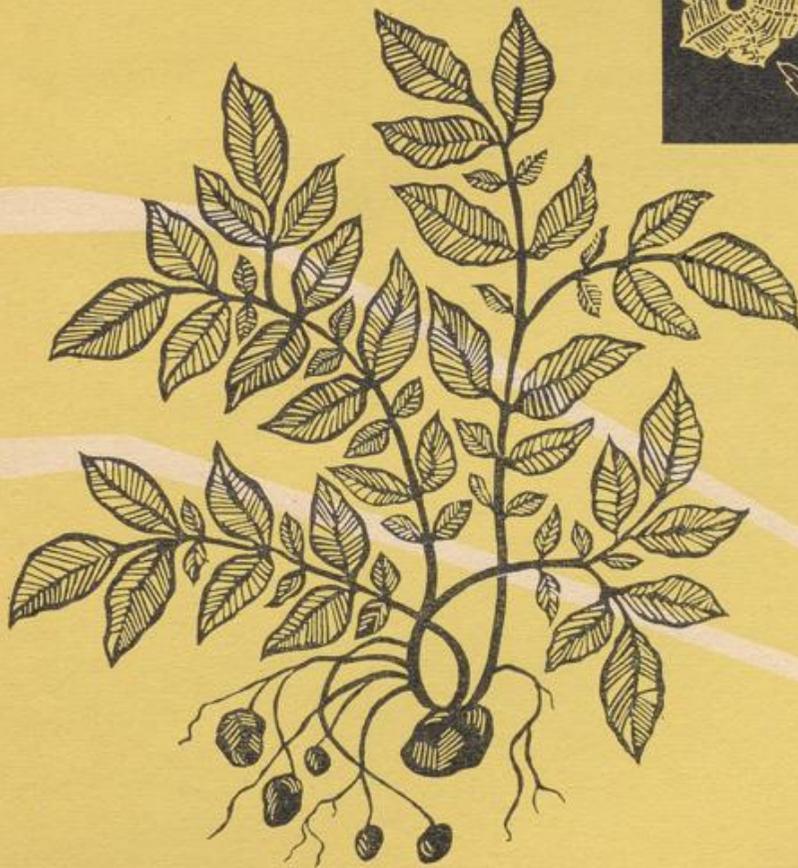
Stufe III

Speckwürfel mit Zwiebel und Petersilie anrösten. Dann im Mixer Ei mit Sahne und Gewürzen verquirlen und während des Betriebes die Bratenreste in Stücken und Speck und Zwiebeln beigegeben. Nur noch kurz aufkochen und mit Rotwein abschmecken.

ca. 250 g Reste von Reh- oder  
Hasenbraten, 50 g Speck,  
1 Zwiebel, Petersilie, 1 Ei,  
einige Kapern,  $\frac{1}{8}$  Ltr. saure  
Sahne, Salz, Pfeffer, einen Schuß  
Rotwein

## Kartoffelgerichte

„Mach doch wieder einmal etwas aus Reibekartoffeln“, haben die Kinder öfter gebettelt — und Sie haben sie in Gedanken an die Mühe und den Zeitaufwand vertrösten müssen. Das ist jetzt anders geworden, denn mühelos und ohne Ihre knappe Zeit in Anspruch zu nehmen bewältigt der Mixer das Reiben. Die fertige Masse kann direkt aus dem Mixbecher in die Pfanne gegossen werden.



### Kartoffelpuffer

Stufe III

Ei und Zwiebel im Mixer zerkleinern. Einige der rohen, geschälten und in Stücke geschnittenen Kartoffeln zugeben und pürieren, dann den Rest bis zum Rand auffüllen und auf Stufe III durcharbeiten lassen. Wenn eine größere Menge in 2 Partien verarbeitet wird, läßt man von der ersten Masse soviel im Becher, daß die Messer bedeckt sind. Zum Schluß Mehl und Salz zugeben und nochmals kurz durchlaufen lassen. Bei der Verarbeitung kann der Deckel ruhig abgenommen werden.

Die Kartoffelmasse wird nun aus dem Becher gleich ins heiße Fett gegossen. Man backt dünne, kleine Kuchen auf beiden Seiten goldgelb und serviert sie sofort mit Apfelkompott oder Sirup. Sehr pikant schmecken die Puffer gefüllt mit einer heißen Leberwurstfülle.

500 g rohe Kartoffeln, 1 Ei,  
2—3 EBl. Mehl, Salz, 1 kl.  
Zwiebel, Fett zum Ausbacken

### Kartoffelpfannkuchen

Stufe III

Eier und Gewürze im Becher verquirlen. Die rohen, geschälten Kartoffeln und die geschälten, entkernten Äpfel in Stücken während des Betriebes beifügen. Das Mehl löffelweise zugeben, den Rest durch mehrmaliges, ruckartiges Aus- und Einschalten von Stufe 0 auf III untermengen.

In reichlich heißem Öl kleine Pfannkuchen langsam auf beiden Seiten schön braun backen und sofort servieren.

250 g rohe Kartoffeln, 50 g Mehl,  
Salz, Muskat,  
2 Eier, 2 Äpfel,  
Fett zum Ausbacken

### Kartoffelpfannkuchen mit Tomaten

Stufe III

Eier und Zwiebel im Mixer zerkleinern und die geschälten, in Stücke geschnittenen Kartoffeln beifügen und fein pürieren. Dann Mehl und Milch zugeben und Mixer nochmals kurz auf Stufe II laufen lassen. Den Teig gleich aus dem Becher heraus in die Pfanne geben, rasch mit Tomatenscheiben belegen und von beiden Seiten backen. Mit Schnittlauch oder Petersilie bestreut anrichten.

500 g rohe Kartoffeln, 1 Zwiebel,  
10 g Mehl,  $\frac{1}{8}$  Ltr. Milch, 2 Eier,  
Salz, Tomaten, Schnittlauch oder  
Petersilie, Fett zum Ausbacken

### Haferflocken-Kartoffelpuffer

Stufe III

1 Ei mit Milch, Zwiebel und Petersilie zerkleinern und über die Haferflocken geben. Das andere Ei mit einigen der geschälten und in Stücke geschnittenen Kartoffeln pürieren, den Rest zugeben und verarbeiten. (Evtl. in 2 Partien.) Den Becherinhalt mit den Gewürzen zu den Haferflocken schütten und gut mengen. Von der Masse kleine Kuchen in heißem Fett auf beiden Seiten goldgelb backen. — Zu Salaten oder Gemüse servieren.

1 kg rohe Kartoffeln, 80 g Haferflocken, 4—5 EBl. Milch, 2 Eier, Salz, 1 Zwiebel, Pfeffer, Petersilie, Fett zum Ausbacken

### Bayrische Kartoffelknödel, roh

Stufe III

Die rohen, geschälten Kartoffeln in Stücke schneiden und den Becher damit  $\frac{3}{4}$  füllen. Mit ca.  $\frac{1}{8}$  Ltr. Wasser auf Stufe III kurz rotieren lassen und den Becherinhalt im Passiertuch vollkommen trocken ausdrücken. Die Kartoffeln dürfen zu diesem Zweck nicht zu fein püriert werden, da beim Ausdrücken sonst das Tuch verstopft. Die abgesetzte Kartoffelstärke wird nach Abgießen des Wassers der Masse zugegeben. Die trockene Kartoffelmasse nun in eine Schüssel geben, mit ca.  $\frac{1}{8}$  Ltr. kochendem Wasser und Salz vermischen und die gekochten, geriebenen Kartoffeln untermengen. Mit feuchten Händen große Knödel formen, in deren Mitte einige geröstete Semmelwürfel gesteckt werden. Die Knödel in viel kochendes Salzwasser geben und ca. 25 Min. bei leicht kochendem Wasser garen.

1 kg rohe Kartoffeln, 500 g gekochte Kartoffeln,  $\frac{1}{8}$  Ltr. kochendes Wasser, Salz, — 1 Brötchen und 10 g Butter für Semmelwürfel

### Kartoffelklöße mit Grieß

Stufe III

Milch und Salz aufkochen, Grieß einstreuen und einige Minuten kochen lassen. Die geschälten und in Stücke geschnittenen Kartoffeln ohne Wasser im Mixer auf Stufe III fein pürieren und auf Haarsieb abtropfen lassen. Dann Kartoffelmasse in einer Schüssel mit Stärkemehl und dem heißen Grießkloß durchkneten. Fertigmachen wie Bayrische Kartoffelknödel.

1 kg rohe Kartoffeln,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, 60 g Grieß, 1 Teel. Stärkemehl, Salz, — 1 Brötchen und Fett für Semmelwürfel

### Rheinischer Kartoffeltopf

Stufe III

Die Masse wie zu Kartoffelpuffer im Mixer zubereiten und in einen gefetteten Topf geben. Nun das Öl nachgießen und ca. 1 Stunde backen lassen, bis eine schöne, braune Kruste entstanden ist. Kartoffeltopf in Kuchenstücke teilen und heiß mit Kompott oder Rheinischem Apfelkraut servieren.

1 kg rohe Kartoffeln, 2 Eier,  
1 EBl. Mehl, 1 mittelgr. Zwiebel,  
1/2 Teel. Salz, 5 EBl. Öl

### Kartoffelspatzen mit Käse

Stufe III

Zuerst den Käse im trockenen Mixbecher reiben und ausschütten. Die rohen, geschälten und in Stücke geschnittenen Kartoffeln im Mixer pürieren, Mehl und Salz zugeben und noch kurz durcharbeiten lassen. Dann den Becherinhalt zum Käse geben und mit den gekochten, geriebenen Kartoffeln vermengen. Kleine Spatzen in heißem Fett schön braun braten und dazu Salate oder Gemüse reichen.

250 g rohe Kartoffeln, 250 g  
gekochte Kartoffeln, 100 g Käse,  
Salz, 2 EBl. Mehl, Fett  
zum Ausbacken

### Kartoffelkuchen

Stufe III

Die geschälten, in Stücke geschnittenen Kartoffeln im Mixer reiben und auf einem Haarsieb gut abtropfen lassen. Nun die Eier und die in etwas warmer Milch und Zucker aufgelöste Hefe verquirlen und an das Mehl geben. Kartoffelmasse und Rosinen beifügen und alles gut vermengen. In eine große, mit Semmelbrösel ausgestreute Form füllen und zum Aufgehen an einen warmen Ort stellen. Danach bei guter Mittelhitze etwa 2 Stunden backen. Erkalte wird der Kartoffelkuchen in Scheiben geschnitten und in einer Pfanne in heißer Butter goldgelb gebacken.

3 kg rohe Kartoffeln, 1 kg  
Weizenmehl, 2 Eier, 250 g  
Rosinen, Salz, 40 g Hefe, 1 EBl.  
Zucker, etwas Milch

Er wird mit Butter zum Kaffee gereicht.



## Gemüse

Es hat sich längst herumgesprochen, daß zu lange gekochtes Gemüse kaum noch Nährwerte hat, also sozusagen „totgekocht“ ist. Der Mixer unterstützt das Bestreben, mit kurzer Kochzeit auszukommen, in hervorragender Weise: Das Zerkleinern des Gemüses, das entweder garnicht oder nur kurz angekocht wurde, schließt die Zellen auf, so daß die kürzeste Kochzeit zum Garen genügt. Das auf diese Weise zubereitete Gemüse ist daher wertvoller, und Sie sparen noch dazu Zeit.

Das zerteilte rohe Gemüse kann ohne Flüssigkeitszugabe je nach Wunsch fein oder grob im Mixer zerkleinert werden. Gekochtes Gemüse wird so fein püriert, daß es auch von Kranken und Kleinstkindern gern gegessen wird.

### Spinat I

Die Milch in den Mixbecher geben, Gerät einschalten und während des Betriebes den gut gewaschenen, rohen Spinat und etwas Zwiebel zugeben und alles fein pürieren. Die Butter in einem Topf erhitzen, Becherinhalt, Gewürze und Semmelmehl hineingeben und kurz aufkochen lassen.

Auf diese Weise zubereitet ist der Spinat nicht nur sehr gesund, sondern behält seine prachtvolle, grüne Farbe.

Zwiebel kann auch in Fett gedämpft und nach Wunsch Mehl verwendet werden.

*Stufe III*

500 g Spinat, 2—3 EBl.  
Semmelmehl, 2 EBl. Butter,  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, wenig Zwiebel,  
Salz, Muskat

### Spinat II

Den gut gewaschenen Spinat mit Zwiebel und Petersilie ca. 10 Min. in Fett dämpfen. Mit Mehl bestäuben und mit Milch oder Fleischbrühe ablöschen. Dann alles zusammen im Mixer pürieren, abschmecken, und wenn nötig, noch kurz aufwärmen.

*Stufe III*

500 g Spinat, 2 EBl. Fett, 1 EBl.  
Mehl,  $\frac{1}{8}$  Ltr. Milch oder  
Fleischbrühe, wenig Zwiebel,  
Salz, Muskat, Petersilie

### Spinat überbacken

Spinat wird wie bei Rezept II zubereitet, jedoch mit etwas Zitronensaft gewürzt. Evtl. etwas mehr Semmelmehl dazugeben, damit der Spinat nicht zu weich ist. Man gibt ihn leicht bergig in eine gefettete, feuerfeste Form. Dann wird im Mixer etwas Käse gerieben und mit den Eiern, Sauermilch, Gewürzen und Schinken oder Speck verarbeitet. Von dieser Masse gibt man 3 EBl. über den Spinat und läßt ihn leicht braun backen. Den Rest verteilt man auf zweimal darüber, damit eine schöne, knusperige Kruste entsteht.

*Stufe III*

Spinat wie bei Rezept II  
zubereiten. — 2 Eier,  
2 EBl. geriebenen Käse,  
1 EBl. Sauermilch,  
1 Scheibe Schinken oder Speck,  
Salz, Muskat

### Mangold

Zubereitung wie Spinat II.

*Stufe III*

**Wirsingkohl I**

Wirsing putzen, Rippen herausschneiden und waschen. Zur Milderung des herben Geschmackes wird der Wirsing zuerst mit kochendem Wasser überbrüht. Dann gibt man  $\frac{1}{4}$  Ltr. Brühe (Teil Milch) in den Mixer und püriert darin den abgetropften Wirsing. Die Zwiebel wird im Fett gedämpft, das Mehl dazugegeben und durchgeschwitzt. Dann mit Becherinhalt auffüllen, würzen und garkochen lassen.

*Stufe III*

1 kg Wirsing, 40 g Fett,  
1 Zwiebel, 30 g Mehl,  $\frac{1}{4}$  Ltr.  
Brühe, etwas Milch, Salz,  
nach Wunsch Muskat

**Wirsingkohl II**

Wirsing putzen, Rippen herausschneiden, waschen und in kochendem Salzwasser halbweich kochen. Dann auf Sieb abschütten und mit kaltem Wasser abschrecken. Etwas Gemüsewasser und Milch mit einem Teil Wirsing in den Mixbecher geben und fein pürieren, den restlichen Wirsing während des Betriebes dazumischen. Fett, Mehl und Zwiebel dämpfen, mit dem Becherinhalt ablöschen, abschmecken und garkochen.

*Stufe III*

1 kg Wirsing, 2 EBl. Mehl,  
40 g Fett, 1 Zwiebel,  
Gemüsebrühe, etwas Milch,  
Salz, Pfeffer, Muskat,  
nach Wunsch Petersilie

**Weißkraut**

Zubereitung wie Wirsing II.

*Stufe III*

1 kg Weißkraut

**Kümmelkraut**

Fertiges Weißkraut mit 1 EBl. Kümmel abschmecken.

*Stufe III***Gemüseschnitten**

Die zerkleinerten Zwiebeln in Butter anbräunen. Das Gemüse nacheinander im Mixer zerkleinern, dann zu den Zwiebeln geben und mitdünsten. Sahne und Gewürze beifügen. Dann die Masse auf die Brotscheiben streichen, diese auf ein Blech geben und im Ofen überbacken.

*Stufe III*

12 dünne Brotscheiben,  
2 Zwiebeln, 1 Stange Lauch  
(Porree), 1 kl. Sellerie,  
4 Karotten, 100 g Weißkraut,  
Petersilie, Muskat, Salz,  
4–5 EBl. Sahne

### Bayrisch Kraut

Stufe III

Krautkopf grob zerschneiden. Mixbecher etwa zu  $\frac{3}{4}$  mit Kraut füllen und zwei fingerbreit mit Wasser überdecken. Deckel aufdrücken, 3 Sek. auf Stufe III schalten und sofort abschalten, wenn das Kraut fein genug ist. Becherinhalt auf ein Sieb schütten, Wasser auffangen und wiederholen, bis alles geschnitten ist. In heißem Fett Zwiebel und Zucker leicht bräunen, Kraut dazugeben, mit Mehl bestäuben und mit etwas Bouillon garschmoren lassen. Apfel ohne Stiel, Blüte und Kerne pürieren und zum Kraut geben, wenn dieses halbgar ist. Zum Schluß mit Wein (oder Essig) abschmecken.

1 kg Weißkraut, 40 g Butter oder Schweinefett, 1 großer Apfel, 2 Zwiebeln, Salz, Pfeffer, 1 EBl. Zucker, etwas Mehl, 3—4 EBl. Weißwein, etwas Bouillon

### Blaukraut

Stufe III

Das Blaukraut wird zerkleinert wie bei Bayrisch Kraut. Im Fett die mit 2 Nelken gespickte Zwiebel andünsten, Blaukraut mit pürierten Äpfeln, Essig, Salz und etwas Wasser oder Brühe dazugeben und garschmoren. Zum Schluß die Zwiebel mit den Nelken entfernen und mit etwas Zucker und nach Geschmack mit Rotwein abschmecken.

1 kg Blaukraut, 50 g Schweine- oder Gänsefett, 1 Zwiebel, 2 Nelken, 2 saure Äpfel, 2 EBl. Essig, etwas Wasser oder Brühe, Salz, etwas Zucker, nach Belieben Rotwein

### Meerrettichgemüse

Stufe III

Brötchen abreiben, einweichen, ausdrücken und zerpfücken. Milch und Meerrettich im Mixer fein pürieren. Aus Fett und Mehl eine helle Schwitze bereiten, Brötchenmasse und den pürierten Meerrettich mitdämpfen und mit Fleischbrühe ablöschen. Mit Salz und Zucker abschmecken und 15 Min. kochen.

1 kl. Stange Meerrettich, 3 Brötchen,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Fleischbrühe, 50 g Fett, 20 g Mehl, Salz, 1 Prise Zucker

### Zwiebelpüree

Stufe III

Die Zwiebeln werden geschält, in 4 Teile geschnitten und mit kochendem Wasser überbrüht. Dann in  $\frac{1}{2}$  Ltr. weiße Tunke durchkochen lassen, etwas Petersilie und Basilikum dazugeben und alles zusammen im Mixer pürieren. Nochmals gut durchkochen lassen.

8 gr. Zwiebeln, etwas Petersilie und Basilikum,  $\frac{1}{2}$  Ltr. weiße Grundsoße



## *Eier- und Mehlspeisen*

Der Mixer ist eine ideale Rührmaschine für Eier- und Mehlspeisenteige. Zur Bearbeitung zäher Backteige ist er jedoch nicht geeignet, hier leistet die Universal-Küchenmaschine hervorragende Dienste.

Die Zutaten solcher Backteige wie Fett, Eier, Zucker und sonstige Beimischungen können jedoch gut im Mixer gerührt und in einer Schüssel mit dem Mehl vermengt werden.

### Rührei

Stufe II

Eier, Milch und Salz im Mixer ca. 15 Sek. schaumig schlagen und in eine Pfanne mit heißer Butter gießen. Auf kleiner Flamme stocken lassen und währenddessen mit einer Gabel leicht umrühren. Nicht zu lange braten, denn Rührei soll saftig und flockig sein.

Nach Belieben Muskat und Schnittlauch oder Petersilie im Mixer mitpürieren.

2—3 Eier, 2—3 EBl. Milch, Salz,  
nach Belieben Muskat,  
Schnittlauch oder Petersilie,  
Butter zum Backen

### Rührei mit Schinken

Stufe III

Der schaumig geschlagenen Eimasse wird während des Betriebes der grob zerschnittene Schinken und evtl. einige gedämpfte Pilze beigegeben. Wie oben fertigmachen oder:

Schinkenscheiben und evtl. zerschnittene Pilze in Butter andämpfen. Das im Mixer verquirlte Rührei darübergeben und unter Schütteln der Pfanne langsam aufziehen lassen, bis Masse stockt.

Rührei wie oben, dazu:  
2—3 Scheiben gekocht. Schinken,  
evtl. einige Champignons,  
Steinpilze oder Pfifferlinge,  
Butter zum Backen

### Rührei mit Käse

Stufe III

Käse in Stücke schneiden, im trockenen Mixbecher reiben und ausschütten. Rühreimasse im Mixer bereiten, Käse kurz untermischen und fertigmachen wie oben. Mit gehackten Kräutern bestreuen.

Rührei wie oben, dazu:  
50 g Käse, Kräuter, Butter  
zum Backen

### Pfannkuchengrundrezept

Stufe III

Eier, Salz und Wasser im Mixer schaumig schlagen und während des Betriebes Mehl beimischen. In heißem Fett Pfannkuchen auf beiden Seiten goldgelb backen und sofort servieren.

Auch wenn Sie es besonders gut meinen, bereiten Sie einen Pfannkuchenteig nicht mit Milch, da er sonst leicht in der Pfanne ansetzt. Selterwasser macht den Teig besonders locker.

2 Eier, 250 g Mehl, 2—3 Tassen  
Wasser, Salz,  
Backfett

### Apfelpfannkuchen

Stufe III

Die geschälten und in Stücke geschnittenen Äpfel zuerst in heißem Fett etwas dünsten. Dann einen Pfannkuchenteig nach Grundrezept im Mixer bereiten und über die Äpfel gießen. Auf nicht zu großer Flamme und in viel Fett auf beiden Seiten goldgelb backen und mit Zucker bestreut servieren.

*Pfannkuchengrundrezept,  
1 kg Apfel, Zucker  
zum Bestreuen, Backfett*

### Heidelbeerpfannkuchen

Stufe III

Pfannkuchenteig nach Grundrezept im Mixer bereiten und ins heiße Fett gießen. Dicht mit Heidelbeeren belegen und goldgelb backen. Vor dem Wenden mit Semmelbrösel bestreuen und etwas Fett daraufgeben. Heiß mit Zucker bestreut servieren.

Statt Heidelbeeren können auch Sauerkirschen genommen werden.

*Pfannkuchengrundrezept,  
500 g Heidelbeeren, Zucker,  
Backfett*

### Amerikanischer Pfannkuchen

Stufe III

Einen Pfannkuchenteig nach Grundrezept bereiten und zum Schluß frische Kräuter durcharbeiten lassen, die jedoch nicht völlig zerkleinert werden dürfen. Nicht zu dicke Pfannkuchen backen, mit Tomatencatchup bestreichen, je ein heißes, gepelltes Siedewürstchen darauflegen und zusammenrollen. Auf jeden Pfannkuchen noch etwas Tomatencatchup geben und heiß servieren.

*Pfannkuchenteig  
nach Grundrezept,  
frische Kräuter,  
Tomaten-Catchup,  
einige Siedewürstchen*

### Apfel-Beignetten

Stufe III

Ei mit Zucker im Mixer schaumig schlagen. Salz, lauwarmes Wasser, Mehl, zerlassene Butter und Rum in der Reihenfolge während des Betriebes beimischen. Der Teig muß sehr dickflüssig sein. Er wird 1 Stunde vor Verwendung zubereitet und kühlgestellt.

Die Äpfel werden geschält und in Ringe geschnitten, im Beignetenteig gewendet und im schwimmenden Fett ausgebacken. Mit Zucker und Zimt bestreut anrichten.

*1 Ei, 1 EBl. Zucker, ca. 1/2 Tasse  
lauwarmes Wasser,  
1 Tasse Mehl, Salz,  
2 EBl. zerlassene Butter,  
1 EBl. Rum, 500 g Apfel,  
Backfett, Zucker und Zimt*

## Omeletten

### Stufe II

Eier, Milch und Salz in den Mixer geben und kurz schaumig schlagen. Butter in der Pfanne erhitzen, jedoch nicht braun werden lassen. Eiermasse hineingießen. Flamme kleinstellen und Pfanne vorsichtig schütteln. Wenn die Unterseite nach wenigen Minuten unter ständigem, leichten Schütteln goldgelb, die Oberseite aber noch etwas weich ist, Omelett zur Hälfte auf eine heiße Platte gleiten lassen und zusammenschlagen.

Dem Omelettenteig kann im Mixer Käse, Tomatenmark, Schinken oder Kräuter beigemischt werden. Fertigmachen wie oben.

Omeletten können auch gefüllt werden, entweder mit Marmelade oder mit geschmorten Pilzen, Leberfülle oder Fleischfülle.

*Pro Person 2—3 Eier,  
1 EBl. Milch,  
Salz,  
Butter zum Backen*

## Aufgezogenes Omelett

### Stufe II

Zu den Grundzutaten wie beim Omelett 1 EBl. Mehl dazugeben. Dieses Omelett wird auf beiden Seiten gebräunt und kann genau so gefüllt werden wie oben.

*Grundzutaten wie  
Omelett,  
dazu 1 EBl. Mehl*

## Gebackene Apfelringe

### Stufe II

Teig wie beim aufgezogenen Omelett im Mixer bereiten. Apfel schälen, in Ringe schneiden und Kernhaus entfernen. Apfelringe in den Teig tauchen und in heißer Butter auf beiden Seiten goldgelb backen. Mit Zucker und Zimt bestreut servieren.

*Omelettenteig, einige schöne,  
große Äpfel, Zucker und Zimt,  
Butter zum Backen*

## Armer Ritter

### Stufe III

Dickflüssigen Pfannkuchenteig nach Grundrezept im Mixer bereiten. Weißbrotscheiben in Milch tauchen, dann im Pfannkuchenteig wenden. Im heißen Fett auf beiden Seiten goldgelb backen und heiß mit Zucker und Zimt bestreut servieren.

*Pfannkuchenteig  
nach Grundrezept,  
Weißbrotscheiben, Milch,  
Zucker und Zimt*

## *Cremes und Fruchtspeisen*

Mixer und Frischsaftzentrifugen-Aufsatz sind unentbehrlich für die Zubereitung vieler Nachspeisen. Aus einheimischen oder Citrusfrüchten werden die unterschiedlichsten Aromen gewonnen.

Nur im Mixer können die Früchte so fein verarbeitet und dabei noch in die dem Gaumen so besonders angenehme, schaumige Konsistenz gebracht werden. Wer einen Kühlschrank und einen Eisbereiter sein eigen nennt, kann sich alle Speiseeis-Mischungen mühelos selbst herstellen.



## Fruchtspeisen und Cremes

### Weizen-Götterspeise

Stufe III

Bananen in Scheiben schneiden. Kirschen entsteinen und im Mixbecher pürieren. Die Weizenflocken in eine Glasschüssel schütten und mit Bananenscheiben und pürierten Kirschen mischen. Erdbeeren zuletzt garnieren. Dann gießt man rohe Milch darüber und läßt noch  $\frac{1}{4}$  Std. ziehen.

250 g Erdbeeren, 250 g Kirschen,  
1 Banane, etwas Rohrzucker,  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, 250 g  
Weizenflocken

### Kirschspeise mit Knusperflocken

Stufe III

Kirschen entsteinen und im Mixbecher pürieren. Agar-Agar fein schneiden und unter die Kirschen mengen. Vor Gebrauch Milch und Knusperflocken darüberggeben.

1 kg Kirschen, 10 g Agar-Agar,  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, Knusperflocken

### Fruchtspeise mit Zwieback

Stufe III

Die Früchte mit etwas Milch im Mixer zerkleinern. In einer Glasschale eine Schicht Zwieback legen, darauf die pürierten Früchte und dann wieder eine Schicht Zwieback. Milch, Honig und Zimt im Mixbecher verquirlen und über die Zwiebackspeise gießen. Nach Belieben mit Schlagsahne garnieren.

3 Äpfel, 2 Apfelsinen, 1 Banane,  
Milch, Honig, etwas Zimt,  
Zwieback

### Erdbeer-Flockenspeise

Stufe III

Die Erdbeeren schneiden, in eine Glasschüssel lagenweise mit den Weizenflocken geben. NUXO-Nußmus mit Apfelsaft und Ingwerpulver im Mixbecher gut verquirlen, damit es recht sämig wird. Über die Flocken gießen, sofort servieren und mit etwas süßer Sahne oder Knusperflocken garnieren.

500 g Erdbeeren, Weizenflocken,  
2 Eßl. NUXO-Nußmus, 1 Tasse  
Apfelsaft, Ingwerpulver  
als Gewürz

### Zitronencreme

Stufe III

Zucker und Schale von  $\frac{1}{2}$  Zitrone im trockenen Becher zerreiben, dann die Eier und Zitronensaft beifügen und die Masse schaumig schlagen. Die Gelatine in dem heißen Wasser auflösen und ganz kurz untermischen. In Schälchen füllen und kalt stellen.

2 Eier, 60 g Zucker, 1 Zitrone,  
 $\frac{1}{8}$  Ltr. Wasser, 3 Blatt Gelatine

### Orangencreme

Stufe III

Geschälte, entkernte Orangen in Stücken im Mixer ganz fein pürieren (ca. 1 Min.). Dann Zucker, Dosenmilch, Zitronensaft und zuletzt Milch begeben, alles schaumig rühren und mit Kirsch abschmecken. Die in etwas heißem Wasser aufgelöste Gelatine beifügen, Creme in Schälchen füllen und gelieren lassen.

3—4 Orangen (je nach Größe),  
2 EBl. Zucker, Saft  
von  $\frac{1}{2}$  Zitrone, 1 kl. Dose Milch,  
ca.  $\frac{2}{8}$  Ltr. Milch, 6 Blatt  
Gelatine, einen Schuß Kirsch

### Kirschcreme

Stufe III

Kirschen waschen, entsteinen und im Mixer mit Zucker pürieren. Milch und aufgelöste Gelatine dazugeben, in eine Glasschale füllen und kalt stellen. Mit Knusperflocken garnieren.

1 kg Kirschen, 5 Blatt Gelatine,  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, Zucker nach  
Geschmack, Knusperflocken

### Erdbeercreme

Stufe III

Erdbeeren und Zucker im Mixer pürieren. Sahne oder Dosenmilch dazugeben und zuletzt die in etwas heißem Wasser aufgelöste Gelatine untermischen. Die Creme in eine kalt ausgespülte Form gießen und kalt stellen.

500 g Erdbeeren, 150 g Zucker,  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Sahne oder entsprechend  
Dosenmilch, 4 Blatt Gelatine,  
etwas Wasser zum Auflösen

### Russische Creme

Stufe III

Den Zucker im trockenen Becher zuerst zu Puderzucker verarbeiten, dann mit Eiern und Vanillezucker schaumig schlagen. Die warm aufgelöste Gelatine und den Rum nur noch kurz untermischen. Zuletzt die steifgeschlagene Sahne leicht unter die Masse heben und kalt stellen.

2 Eier, 100 g Zucker, 1 Päckchen  
Vanillezucker, knapp  $\frac{1}{4}$  Ltr.  
Sahne, 1 Glas Rum oder  
Weinbrand, 3 Blatt Gelatine

## Speiseeis

Welch eine wohltuende Erfrischung ist an heißen Tagen so ein selbstbereitetes Speiseeis! Sie haben alle Möglichkeiten, Ihren Gästen etwas Außergewöhnliches zu bieten: Eiskaffee oder Eisschokolade, Frucht-Eisbecher, Splits oder dergleichen. Auch hier steht Ihnen der Mixer bei der Zubereitung hilfreich zur Seite.

### Aprikoseneis

Stufe III

Aprikosen im Mixer gut pürieren. Zucker und Gelatine heiß auflösen, mit dem Saft einer halben Zitrone zu den Aprikosen geben und nochmals kurz durcharbeiten lassen. Durch die Deckelöffnung während des Betriebes langsam Milch zugießen. Die Masse in den Eisbereiter füllen und dann in das Gefrierfach des Kühlschranks stellen.

6—10 Eßlöffel Zucker,  
250 Gramm Aprikosen,  
Saft einer halben Zitrone,  
1 Teelöffel Gelatine,  
 $\frac{2}{8}$  l Frischmilch oder  
1 kleine Dose Milch  
und  $\frac{1}{4}$  l Frischmilch

### Haselnuß-Mandeleis

Stufe III

Die Haselnüsse im trockenen Mixbecher fein reiben. Eigelb mit Zucker schaumig schlagen, mit den geriebenen Nüssen und der Milch gut vermischen. Die Masse in den Eisbereiter füllen und in das Gefrierfach des Kühlschranks stellen.

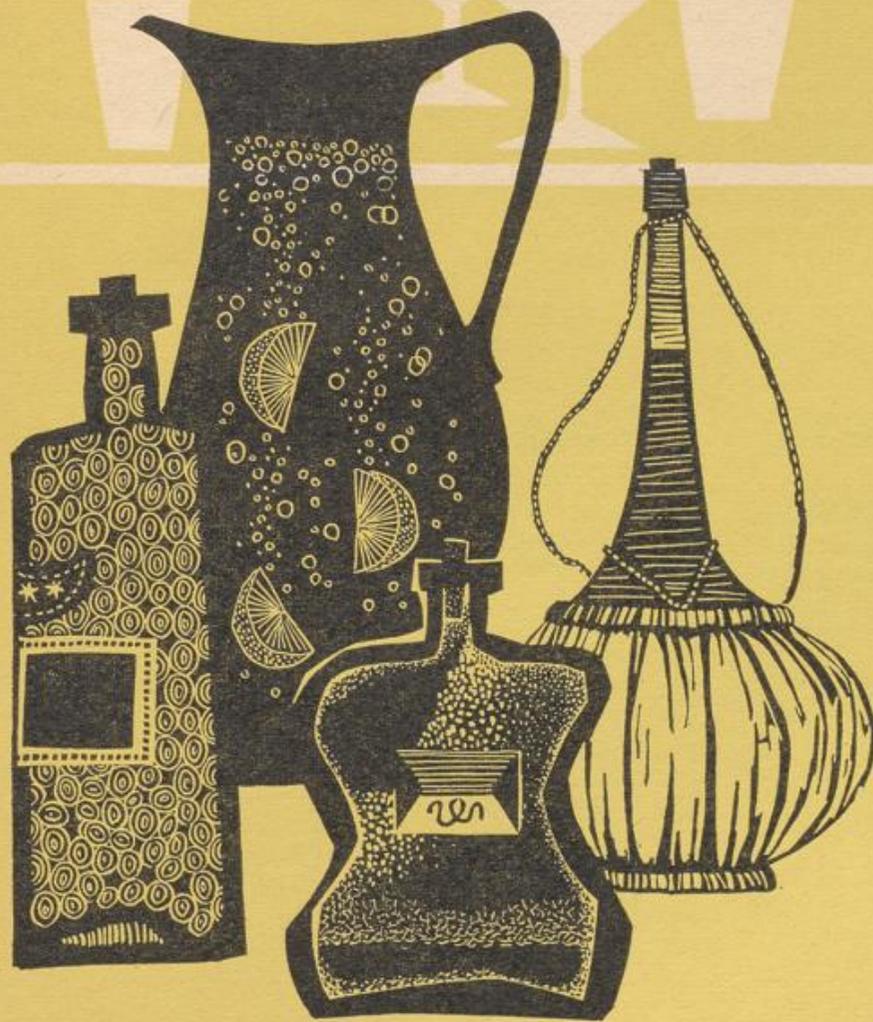
2 Eigelb,  
3 Eßlöffel Zucker,  
80 Gramm geriebene Haselnüsse  
oder Mandeln,  
 $\frac{1}{2}$  l Milch

### Erdbeereis

Stufe III

Erdbeeren im Mixer pürieren. Die aufgelöste Gelatine und Zucker zugeben, nochmals kurz durcharbeiten lassen und während des Betriebes durch die Deckelöffnung langsam Milch zugießen. Die Masse in den Eisbereiter füllen und in das Gefrierfach des Kühlschranks stellen.

250 Gramm Erdbeeren,  
 $\frac{2}{8}$  l Frischmilch,  
8 Eßlöffel Zucker,  
1 Teelöffel gemahlene Gelatine



## *Getränke*

Und nun die Mix-Getränke! Mit ihnen hat sich der Mixer ursprünglich eingeführt und von ihnen auch seinen Namen entlehnt. Welche Fülle von Möglichkeiten, sich wertvolle Nährstoffe und Vitamine aus roh verarbeiteten Früchten und Gemüsen auch in Verbindung mit Milch zuzuführen! Wie erfrischend eisgekühlte Getränke! Aber auch alkoholische Mixgetränke wie Cocktails und Flips gelingen mit Hilfe des Mixers hervorragend und finden überall begeisterte Anhänger.

# Milchgetränke

## Grundregel:

Als erstes werden immer die Früchte, evtl. mit etwas Milch, zerkleinert. Wird Roheis mit hineingegeben, so kommt dies an zweiter Stelle und erst danach der Zucker in den Mixbecher. Nachdem diese Zutaten gut vermischt sind, wird die Milch aufgefüllt.

## IM SOMMER

Da haben wir in reicher Fülle frische, reife Früchte. Gibt es etwas gesünderes, als diese, vermischt mit Vollmilch, in reiner Form zu sich zu nehmen? Statt Frischmilch kann auch Sauermilch verwendet werden.

### Apfelsinenmilch

2 geschälte Apfelsinen  
ohne Kerne  
80 g Zucker  
etwas Zitronensaft  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch

### Zitronenmilch

Saft von 2 Zitronen  
75 g Zucker  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch, auch Butter-  
milch

Bei diesem Rezept muß die Milch zuerst mit dem Zucker vermixt werden, dann fügt man den Zitronensaft zu.

### Ananas-(Aprikosen-) Milch

2 EBl. Ananas- oder Apri-  
kosenmarmelade  
etwas abgeriebene Zitro-  
tronenschale  
2 EBl. Zitronensaft  
3 Eiswürfel  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch

### Mocca-Milch

$\frac{1}{4}$  Ltr. Mokka od. 2 Teel.  
Nes-Cafe  
50 g Zucker  
2—3 Eiswürfel  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Sahne oder Milch  
(Bei Mokka Sahne, bei  
Nes-Cafe Milch)

### Kakao-Nuß-Milch

50 g Nüsse  
(zuerst im trockenen Be-  
cher zerkleinern)  
2 EBl. Zucker  
1 Ei  
1 EBl. Kakao  
2 EBl. Sahne oder Dosen-  
milch  
etwas Orangenschale  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch, kalt od. heiß

### Pikante Milch

1 Banane  
1 EBl. Zucker  
1 Glas Kirschsaff  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Sauermilch  
1 Schuß Weißwein

### Fruchtmilch

125 g beliebige Beeren  
75 g Zucker  
2—3 Würfel Eis  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch

### Bananenmilch

2 kl. Bananen  
50 g Zucker  
1 EBl. Zitronensaft  
3 Würfel Eis  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch

### Cognac-Milch

2 Gläschen Cognac  
2 EBl. Zucker  
3—4 Eiswürfel  
 $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch

### Milchkaffee

*1/2 Glas kalten, starken Kaffee*  
2 Teel. Zucker  
1 Likörglas Mokkalikör  
1 Glas Milch  
1 Eiswürfel

### Himbeermilch

*1/2 Tasse Himbeeren*  
Zucker nach Geschmack  
*1/4 Ltr. Milch*  
Schlagsahne aufs Glas geben und mit geriebener Schokolade bestreuen.

### Schokoladenmilch

*1 Stück Blockschokolade*  
1 Teel. Zucker  
*1/4 Ltr. Milch*  
Schokolade zuerst trocken reiben und mit etwas Milch pürieren. Dann auffüllen.

### Rosa Traum

*1/2 Tasse Erdbeeren*  
etwas Vanillezucker  
*1/4 Ltr. Milch*  
Schlagsahne aufs Glas geben und einige Erdbeeren darauf garnieren.

## IM WINTER

Wenn Sie die vermischten Zutaten mit heißer Milch auffüllen, schalten Sie über Stufen I, II auf III und lassen den Deckelstößel etwas offenstehen, damit der Dampf entweichen kann.

### Honigmilch

1 Ei  
2 EBl. Honig  
etwas Zitronensaft  
*1/2 Ltr. heiße Milch*

### Malzmilch

(gut gegen Abmagerung und für Genesende)  
2 EBl. Malzextrakt  
1 Ei  
*1/2 Ltr. heiße Milch*

### Ingwermilch

*1 Messerspitze gestoßenen Ingwer*  
1 Teel. Zucker  
*1 Tasse heiße Milch*  
Man kann bei diesem Rezept auch etwas Ingwerkonfitüre nehmen, muß dann aber den Zucker weglassen.

### Sanddorn-Milch

1 EBl. Sanddorn-Vollfrucht  
*1/4 Ltr. warme Milch*

### Milchbier

*1/4 Ltr. dunkles Bier, warm*  
1 Eigelb  
15 g Zucker  
*1/4 Ltr. heiße Milch*  
(gegen Schlaflosigkeit und zur Kräftigung)

### Schokolade

*1 Stück Blockschokolade*  
1 Teel. Zucker  
*1/4 Ltr. heiße Milch*  
Zuerst Schokolade trocken reiben, dann mit Zucker und heißer Milch auffüllen.

### Grippejäger

1 Ei  
2 EBl. Honig  
1 Gläschen Cognac  
*1/2 Ltr. heiße Milch*

### Rum-Milch

1 Eigelb  
1 Gläschen Rum  
2 Teel. Zucker  
*1 Tasse heiße Milch*  
Zuerst Eigelb und Zucker schaumig schlagen, dann mit heißer Milch kurz verquirlen und zum Schluß Rum dazugeben.

## Cocktails

### Diplomaten-Cocktail

2 Gläser Wermut trocken  
1 Glas Wermut süß  
2 Schuß Maraschino  
Eiswürfel

Alkohol kurz vermischen  
und mit Eiswürfeln ser-  
vieren.

### Träumerei

1 Glas Cognac  
 $\frac{1}{2}$  Glas Vanillelikör  
 $\frac{1}{2}$  Glas Chartreuse

Kurz vermischen und mit  
Schnee-Eis auffüllen.

### Champagner-Cocktail

Saft von 2 Mandarinen  
1 Likörglas Kirschwasser  
1 EBl. Staubzucker  
1 Sektgl. eisgekühlt. Sekt

Alle Zutaten bis auf Sekt  
kurz vermischen. Sekt nur  
noch zugießen.

### Martini-Cocktail

1 Likörglas Wermut  
1 Likörglas Gin od. Korn-  
branntwein  
 $\frac{1}{2}$  Likörglas Orangenlikör  
oder Orangensaft  
Eiswürfel

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfel servieren.

### Ohio-Cocktail

1 Glas Ananassaft  
1 Glas Orangenlikör  
1 Glas Rum

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfeln servieren.

### Erste Liebe

1 Glas Cognac  
1 Glas Kakaolikör  
1 Glas Sahne  
Eiswürfel

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfel servieren.

### Schwedenmädel

1 Glas Orangensaft  
1 Glas Zitronensaft  
2 Gläser Schwedenpunsch

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfeln servieren.

### Ali Baba

1 Glas Grand Marnier  
2 Gläser Cognac  
etwas Orangensaft

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfeln und 1 Stück  
Ananas im Glas reichen.

### Sonnenschein

1 Glas Zitronensaft  
1 Glas Gin  
1 Glas Wermut süß  
2 Tropfen Angostura  
Bitter

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfeln servieren.

### Susi-Cocktail

1 Glas Weinbrand  
1 Glas Schwedenpunsch  
1 Glas Curacao

Alles kurz vermischen und  
im Glas mit Sekt auf-  
füllen. 1 Kirsche und Eis-  
würfel ins Glas geben.

### Eskimo-Cocktail

Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone  
1 Teel. Zucker  
2 EBl. Chartreuse  
1 EBl. Curacao  
2 EBl. Rum, Eiswürfel

Alle Zutaten mit Eis im  
Mixer ca. 10 Sek. mixen.  
Vor dem Eingießen Glas-  
rand mit Zitrone abreiben  
und in Staubzucker  
tauchen.

### Schneeball

1 Glas Gin  
1 Glas Bananenlikör  
1 Glas Sahne

Alles kurz vermischen und  
mit Eiswürfeln servieren.

### Offene Augen

1 Eiweiß, 1 Glas Whisky  
2 Glas Genever  
2—3 Teel. Zucker  
1 Ebl. Zitronensaft  
Eiswürfel

Eiweiß, Zucker und Zitronensaft im Mixer schaumig schlagen. Alkohol und Eis ca. 3 Sek. beimischen. Sofort servieren.

### Manhattan-Cocktail

2 Glas ital. Wermut  
1 Glas Whisky  
1 Spritzer Angostura-Bitter  
Eiswürfel

Alle Zutaten mit Eiswürfeln im Mixer gut vermischen. Sofort mit Strohhalm servieren.

### Appetitanreger

1 Glas Cognac  
Saft  $\frac{1}{2}$  Orange  
2 Spritzer Angostura  
1 Teel. Wermut, süß  
Eiswürfel

Alle Zutaten kurz vermischen und mit Eis servieren. Dieses Cocktail wird kurz vor dem Essen gereicht.

### Orangen-Cocktail

2 Ebl. Gin  
4 Ebl. Wermut  
etwas Orangenschale,  
Eiswürfel

Etwas Orangenschale mit allen anderen Zutaten vermischen. Höchstens 1 Würfel Eis gleich begeben, da sonst das Getränk zu sehr verwässert wird.

## Cobblers

### Büfetttschale

Saft 1 Zitrone, 1 Scheibe Ananas  
3 Ebl. Kondensmilch  
1 Ebl. Zucker, 1 Teel. Rum

Alle Zutaten außer Rum im Mixer gut pürieren. Rum nur noch ca. 3 Sek. durchmischen. Mit Eiswürfel sofort servieren.

### Burgunder

Saft einer Orange  
1 Ebl. Zucker  
2 Glas Burgunder  
1 Schuß Maraschino

Alles kurz vermischen, 5—6 Weinbeeren ins Glas geben und auffüllen.

### Feodora

1 Glas Cognac  
1 Glas Rum  
1 Glas Curacao  
2 Ebl. Zucker  
 $\frac{1}{4}$  Ltr. Sodawasser

Alle Zutaten bis auf Sodawasser kurz vermischen. Mit Sodawasser auffüllen und Glas mit Bananenscheiben belegen.

### Madeira

Saft von 2 Orangen  
2 Glas Madeira  
kurz vermischen, Apfelsstückchen ins Glas geben und auffüllen.

### Ananascobbler

1 Teel. Zitronensaft  
3 Teel. Ananassirup  
1 Glas Weißwein

Alles kurz vermischen, mit etwas Sodawasser auffüllen und mit Ananasstückchen reichen.

### Apfelcobbler

1 Teel. Zitronensaft  
1 Teel. Zucker  
1 Glas Apfelwein

Alles kurz vermischen, mit etwas Sodawasser auffüllen und mit kleinen Apfelschnitten garnieren.

### Erdbeercobbler

1 Teel. Zucker  
1 Teel. Maraschino  
1 Glas Erdbeersaft

Alles kurz vermischen und mit kleinen Erdbeeren garnieren.

### Leckermäulchen

1 Gläschen Kirschwasser  
1 Gläschen Sahne  
1 Teel. Sirup  
etwas Sodawasser

Alles kurz vermischen, mit Aprikosenstückchen garnieren und mit geriebener Schokolade bestreuen.

## Flips

### Ananas-Flip

1 Ei, 1 Scheibe Ananas  
 $\frac{1}{2}$  Tasse Ananassaft  
1 Schuß Kirsch  
2 EBl. Kondensmilch  
Eiswürfel

Ei mit Kondensmilch,  
Frucht und Saft im Mixer  
pürieren. Alkohol noch  
3 Sek. unterziehen und  
sofort mit Eis servieren.

### Wein-Flip

1 Ei  
200 g Erdbeeren, Himbeeren  
oder Ananas  
etwas Zitronensaft  
2 EBl. Zucker  
1 Flasche Weißwein

Alle Zutaten außer Wein  
im Mixer pürieren. Wein  
dazugeben, ganz kurz  
durchmischen und mit Eis-  
würfel servieren.

### Butterfly

1 Eigelb  
1 EBl. Zucker  
1 Glas Cognac  
1 Glas Kakaolikör  
 $\frac{1}{2}$  Glas Sahne  
etwas Muskat

Zuerst Zucker zu Staub-  
zucker verarbeiten und  
mit dem Eigelb schaumig  
schlagen. Alkohol und  
Sahne nur kurz unter-  
ziehen und mit Eis und  
etwas gerieb. Muskat  
servieren.

### Flip - Flap

1 Ei  
2 Teel. Zucker  
1 Teel. Zitronensaft  
1 Glas Sherry  
Sekt

Ei, Zucker und Zitronen-  
saft schaumig schlagen.  
Sherry nur noch 3 Sek.  
unterziehen. Mit Sekt  
auffüllen und mit  
Eiswürfeln servieren.

### Mocca-Flip

1 Eigelb  
1 EBl. Zucker  
2 Teel. Nes-Cafe  
2 Glas Cognac  
1 Schuß Curacao

Eigelb und Zucker im  
Mixer schaumig schlagen,  
Nes-Cafe beimischen. Al-  
kohol ca. 3 Sek. unter-  
mischen. — Mit etwas ge-  
mahlenem Kaffee garnie-  
ren und sofort servieren.

### Portwein-Flip

1 Ei  
1 Teel. Zucker  
1 Dessertglas Portwein

Ei und Zucker schaumig  
rühren, Portwein kurz  
untermischen und mit  
Eiswürfeln servieren.  
Dieser Flip  
ist sehr bekömmlich  
für Kranke und  
Genesende.

## Fizzes

### Preislied

2 EBl. Zitronensaft  
2 Teel. Zucker  
1 Glas Gin  
1 Glas Sahne

Kurz vermischen und mit  
Sodawasser auffüllen.

### Apricot-Fizz

2 Likörgläser Orangensaft  
2 Likörgläser Apricot-  
Brandy

kurz vermischen, mit  
Selterwasser auffüllen  
und mit Eiswürfel ser-  
vieren.

### Princess

1 Ei  
Saft einer Zitrone  
2 Teel. Zucker  
1 Glas Gin

Ei, Zucker und Zitronen-  
saft schaumig schlagen.  
Gin nur noch 3 Sek. durch-  
mischen, mit Sodawasser  
auffüllen und mit Eis-  
würfeln servieren.

Wie schon früher gesagt, leistet der Mixer sehr nützliche Dienste bei den Vorbereitungen für Backteige. Je nach Vorschrift kann Zucker zusammen mit Eiern, Fett und anderen Zutaten gerührt werden. Das geht nicht nur in kürzester Zeit, sondern ergibt auch luftige Mischungen, die den Teig locker machen.



## *Backwaren*

Die so gerührte Masse wird in einer Schüssel gut mit dem bereitgestellten Mehl vermengt und ist dann backfertig.

Sind Sie allerdings Besitzer eines Rühr- und Knetwerkes, so bereiten Sie den Kuchenteig nur mit seiner Hilfe (s. Seite 85).



### Engl. Teekuchen

Stufe III

Eier, Zucker und cremartig erweichte Butter zu einer Schaummasse rühren. Den Becherinhalt in einer Schüssel mit dem mit Backpulver vermischten Mehl und sämtlichen restlichen Zutaten vermengen. In eine gefettete Kastenform füllen und ca. 40 Min. backen.

125 g Butter, 125 g Zucker,  
250 g Mehl, 2—3 Eier,  
50 g Sultaninen, 50 g Rosinen,  
1 EBl. Zitronat und Orangeat,  
1 EBl. Rum, 2—3 EBl. Mandl,  
1/2 Päckchen Backpulver,  
1 Prise Salz

### Festtagsnapikuchen

Stufe III

Die abgezogenen Mandeln im trockenen Mixer zerkleinern und bereitstellen. Mehl, Maizena und Backpulver dazumischen. Nun Eier, Zucker, cremartig erweichtes Fett und Gewürze im Mixbecher schaumig schlagen und die Schaummasse mit den bereitgestellten Zutaten leicht vermischen. In einer gefetteten, mit Brösel ausgestreuten Form bei schwacher Hitze ca. 60 Min. backen.

250 g Butter oder Margarine,  
300 g Zucker, 300 g Mehl,  
100 g Maizena, 6 Eier,  
200 g süße Mandeln,  
etwas Zitronensaft,  
3 Tropfen Bittermandelaroma,  
3 gestrichene Teel. Backpulver

### Maizenakuchen

Stufe III

Mehl, Maizena und Backpulver mischen und bereitstellen. Eier, Zucker, Vanillezucker, abgeriebene Zitronenschale und das cremartig erweichte Fett im Mixbecher schaumig schlagen. Während des Betriebes die Milch dazugeben und den Becherinhalt mit dem bereitgestellten Mehl vermengen. Der Teig muß schwer reißend vom Löffel fallen. In gefetteter, mit Brösel ausgestreuter Napfkuchenform ca. 70 Min. bei schwacher Hitze backen.

250 g Butter oder Margarine, 175  
200 g Zucker, 300 g Mehl, 200  
200 g Maizena, 3 Eier,  
ca. 1/3 Ltr. Milch,  
1 Vanillezucker,  
das Abgeriebene von 1/2 Zitrone,  
1 Backpulver, 1 Prise Salz

### Marmorkuchen

Stufe III

Den Teig wie bei Maizenakuchen zubereiten. 1/3 des Teiges mit Kakao, Zucker und Milch vermischen. Dann die helle und dunkle Masse abwechselnd in gefetteter, mit Bröseln ausgestreuter Napfkuchenform backen.

Zutaten wie Maizenakuchen —  
30 g Kakao, 25 g Zucker,  
2—3 EBl. Milch

Man kann auch den hellen Teig zuerst einfüllen, den dunklen darübergeben und beide Schichten mit einer Gabel spiralenförmig durchziehen, damit eine Marmorierung entsteht.

### Feiner Mürbteig für Kuchenboden

Stufe III

Ei, Zucker und cremartig erweichtes Fett im Mixbecher schaumig schlagen. Zitronensaft und etwas abgeriebene Zitronenschale zufügen und nochmals kurz untermischen. Das Mehl auf ein Backbrett sieben, in der Mitte eine Vertiefung machen und Becherinhalt hineingeben. Schnell und glatt verkneten und vor der Verarbeitung ca. 1 Stunde ruhen lassen.

1 Ei, 100 g Zucker, 125 g Butter,  
200 g Mehl, Saft einer Zitrone,  
etwas abgeriebene  
Zitronenschale

### Käsekuchen

Stufe III

Eine Springform mit dem Mürbteig belegen und folgende Quarkmasse daraufgeben: Eier, Zucker, Zitronensaft und weiche Butter schaumig schlagen. Abgeriebene Zitronenschale zufügen und nun in 2 bis 3 Partien Quark begeben. Die Masse muß cremig, leicht und nicht zu fest sein. Rosinen und das mit Backpulver vermischte Mondamin in einer Schüssel mit dem Becherinhalt vorsichtig vermengen. Eine Verfeinerung des Belages erreicht man, wenn man 1 P. Vanille-Puddingpulver in  $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch aufkocht und den Pudding noch warm in der Schüssel der Masse beifügt.

Mürbteig siehe Grundrezept, —  
zum Belag:  
750 g Quark, 50 g Butter,  
120 g Zucker, 4 Eier,  
Saft einer Zitrone,  
das Abgeriebene  $\frac{1}{2}$  Zitrone,  
200 g Rosinen, 30 g Mondamin,  
1 Teel. Backpulver

Bei guter Mittelhitze ca. 1 Stunde backen. Den Kuchen nicht gleich aus dem Ofen nehmen, sondern bei geöffneter Backofentür abkühlen lassen, damit er nicht zusammenfällt.

### Stachelbeerkuchen mit Guß

Stufe III

Eine Springform mit Mürbteig auslegen, mit einer Gabel mehrmals einstechen und bei guter Mittelhitze ca. 25 Min. hellgelb backen. — Inzwischen läßt man die geputzten Stachelbeeren mit 250 g Zucker und  $\frac{1}{8}$  Ltr. Wasser aufkochen, ohne daß sie platzen, bis der Saft einkocht. Man gibt die abgekühlten Stachelbeeren auf den gebackenen Mürbteig und verteilt folgenden Guß darüber: 3 Eiweiß in den Mixbecher geben, auf Stufe I schalten und den vorher bereiteten Puderzucker hinzufügen. Zitronensaft während des Betriebes begeben und ca. 3 Min. laufen lassen, bis die Masse steif ist.

Mürbteig nach Grundrezept, —  
als Belag:  
500 g unreife Stachelbeeren,  
250 g Zucker, — 3 Eiweiß,  
75 g Puderzucker,  
Saft einer halben Zitrone

Der Kuchen wird nochmals in den Backofen gegeben und bei milder Hitze auf der Oberfläche hellbraun gebacken.

### Kirschkuchen mit Guß

Stufe III

Eine Springform mit Mürbteig auslegen und die entsteinten Kirschen daraufgeben. Eier und Zucker im Mixbecher schaumig rühren, Mondamin zugeben und nochmals durcharbeiten. Den Becherinhalt über die Kirschen gießen und Kuchen ca. 1 Stunde bei guter Mittelhitze backen.

Mürbteig nach Grundrezept, — als Belag:

750 g Kirschen, etwas Zimt,  
2 Eier, 50 g Mondamin,  
75 g Zucker

### Zitronenbiskuit

Stufe II

Eier, Zucker und das Abgeriebene einer Zitrone werden im Mixbecher auf Stufe II schaumig geschlagen. Schaummasse in einer Schüssel mit dem Mehl vermengen. Ein gefettetes Blech wird leicht mit Mehl bestäubt, kleine Ringe daraufgespritzt und mit Grießzucker bestreut. Über Nacht trocknen lassen und am anderen Tag bei sehr schwacher Hitze backen.

4 Eier, 250 g Zucker, 300 g Mehl,  
das Abgeriebene einer Zitrone,  
Grießzucker

### Mixer-Korkenzieher

Stufe III

Eier und Salz auf Stufe I schaumig schlagen, die erweichte Margarine zugeben und auf Stufe III 1 Minute schlagen. Dann die Milch beifügen, kurz über Stufe I, II auf III schalten, zum Schluß die Hefe hinzugeben und das Ganze nochmals kurz in derselben Schaltfolge laufen lassen. Becherinhalt in einer Schüssel mit dem gesiebten Mehl vermengen und zu einem zarten, festen Teig verarbeiten. Den Teig in 1 cm dicke Rollen auswellen, in Kristallzucker wälzen und in ca. 20 cm lange Stücke schneiden. Die Teigrollchen umbiegen, zu Korkenziehern wickeln und auf gefettetem Blech 15—20 Min. bei mittlerer Hitze ausbacken. Das Gebäck kann sofort zum Kaffee gereicht oder als Dauergebäck in verschlossenen Dosen aufbewahrt werden.

2 Eier, 180 g Margarine,  
 $\frac{1}{2}$  Tasse Milch, 5 g Hefe,  
375 g Mehl, 1 Prise Salz,  
Kristallzucker

### Felner Gustinkuchen

Stufe III

Eier, Zucker und cremartig erweichtes Fett im Mixer schaumig schlagen. Gustin und Mehl sieben, vermischen und löffelweise dazugeben. Das Backpulver mit der letzten Portion Mehl vermengen und nur noch kurz durcharbeiten lassen. Den Kuchen in eine Kastenform füllen und bei mittlerer Hitze ca. 50 Min. backen.

3—4 Eier (je nach Größe),  
200 g Zucker, 200 g Fett,  
100 g Mehl, 150 g Gustin,  
 $\frac{1}{2}$  Päckchen Backpulver

### Dörrobst-Torte

Die Pflaumen über Nacht einweichen und mit dem Einweichwasser kochen. Entsteinen, in den Mixer geben und unter evtl. Zusatz von etwas Saft der gekochten Pflaumen fein pürieren. Die vorher im trockenen Mixbecher geriebenen Nüsse und die Gewürze begeben und nur noch kurz durcharbeiten lassen. Becherinhalt in einer Schüssel mit den Rosinen und 1 Prise Muskat vermischen. Die Masse muß dickflüssig sein. Eine Tortenform mit Mürbteig auslegen, die Masse darauf verteilen und Streifen von Mürbteig gitterartig darüberlegen. Diese mit Eigelb bestreichen und Torte bei guter Hitze 40—50 Min. backen.

Stufe III

250 g gedörrte Pflaumen,  
1 EBl. geriebene Haselnüsse,  
 $\frac{1}{2}$  Teel. Nelkenpulver,  
1 Teel. Zimtpulver,  
 $\frac{1}{2}$  Tasse Rosinen,  
1 Prise Muskat, —  
Mürbteig nach Grundrezept,  
1 Eigelb

### Aniszwieback

Mehl, Maizena und Backpulver mischen und bereitstellen. Wasser und Eier im Mixer schaumig schlagen und während des Betriebes Zucker, Vanillezucker und Salz begeben. Becherinhalt und Anis leicht unter das bereitgestellte Mehl ziehen und in einer gefetteten Kastenform ausbacken. Am nächsten Tag den Kuchen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und auf Backblech etwa 30 Min. bei leichter Hitze anrösten.

Stufe III

2 Eier, 2 EBl. warmes Wasser,  
100 g Zucker, 1 Päckchen  
Vanillezucker, 1 Prise Salz,  
150 g Weizenmehl,  
25 g Maizena, 1 EBl. Anis,  
1 gestr. Teel. Backpulver

### Schokoladenkuchen

Eier, Zucker und cremartig erweichte Butter im Mixer schaumig schlagen. Dann Milch, Schokoladenpulver, das Abgeriebene einer halben Zitrone und die vorher im trockenen Mixbecher geriebenen Mandeln zufügen und nur noch kurz glattrühren. Becherinhalt in einer Schüssel mit dem bereitgestellten Mehl und Backpulver vermischen und in gefetteter Form bei mittlerer Hitze ca. 35 Min. backen. Nach dem Erkalten mit Schokoladenglasur bestreichen.

Stufe III

2 Eier, 5 EBl. Zucker, 50 g Butter,  
50 g Mandeln, 1 Tasse Milch,  
50 g Schokoladenpulver,  
250 g Mehl, 1 Päckchen  
Backpulver, das Abgeriebene  
einer halben Zitrone

### Buttercremetorte

Stufe III

Das Mehl wird mit dem Backpulver auf ein Backbrett gesiebt. Eier, Zucker, Honig und cremartig erweichtes Fett im Mixer schaumig schlagen, eine Vertiefung in das Mehl machen und den Becherinhalt dazugeben. Alles zu einem zarten Teig verarbeiten und 3—4 dünne, gleichmäßige Tortenböden auswellen, die hellgelb gebacken werden. Mit Buttercreme füllen, beziehen und mit Früchten oder Schokoladen-Trüffeln garnieren.

Nachstehend finden Sie einige Buttercreme-Rezepte.

2 Eier, 100 g Butter oder  
Margarine, 150 g Zucker,  
2 EBl. Honig, 500 g Mehl,  
1 Päckchen Backpulver

### Mokka-Buttercreme

Stufe II

Eigelb mit Zucker im Mixer schaumig rühren. Wird nach Geschmack noch mehr Zucker zugegeben, so fügt man noch 1—2 Teel. Sahne zu. Butter und Pudding in etwa 3 gleichen Teilen dazutun (also immer 1 Teil Butter und 1 Teil Pudding zugleich) und auf Stufe II kurz durcharbeiten lassen. Nicht länger laufen lassen, als notwendig! Mit der letzten Portion Nescafe zugeben und Buttercreme vor der Verwendung evtl. noch etwas kalt stellen.

125 g Butter,  
ca. dieselbe Menge  
erkalteten Vanillepudding,  
(aus  $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch und  
1 P. Puddingpulver bereitet)  
1 Eigelb, 2 EBl. Zucker,  
 $\frac{1}{2}$  Tube Nescafe

### Schokoladen-Buttercreme

Stufe II

Buttercreme nach obiger Zubereitungsart herstellen, jedoch mit der letzten Portion Butter und Pudding statt Nescafe 1—2 EBl. Schokoladenpulver zugeben.

Zutaten wie oben,  
jedoch statt Nescafe  
1—2 EBl. Schokoladenpulver

### Krokant-Buttercreme

Stufe II

Die geschälten Mandeln leicht rösten und in einer Pfanne mit 50 g hellbraun gebranntem Zucker vermischen. Auf ein Blech geben, erkalten lassen und hernach im trockenen Mixbecher zerkleinern, indem man sie aufs laufende Messer wirft. Eine Buttercreme wie oben beschrieben herstellen und zum Schluß mit der Krokantmasse vermengen.

50 g Mandeln, 50 g Zucker, —  
Zutaten wie bei  
Mokka-Buttercreme,  
jedoch ohne Nescafe

## Weihnachtsbäckerei

Zu einer richtigen Weihnacht gehört nun einmal wie Tannengrün und glitzernder Schnee die Weihnachtsbäckerei. Meint man nicht schon bei dem Worte den köstlichen Duft von Lebkuchen und Spekulatius zu spüren? Für die Hausfrau sind die Vorweihnachtstage mit so vielen Arbeiten ausgefüllt, daß sie doppelt gern ihrem Mixer all die zeitraubenden Kleinarbeiten für die süßen Sachen überläßt.

### Nürnberger Lebkuchen

Zuerst Mandeln und Nüsse getrennt im trockenen Mixbecher zerkleinern. Honig, Zucker, Salz, Öl und Wasser langsam erwärmen, zerlassen und im abgekühlten Zustand in den Mixer geben. Während des Betriebes Eigelb und die Gewürze begeben und alles gut vermischen. Mehl und Backpulver auf ein Backbrett sieben. Den Becherinhalt, die zerkleinerten Nüsse und Mandeln und die in Stücke geschnittenen Aprikosen und Zitronat begeben und alles zu einem festen Teig kneten. Ca. ½ cm dick ausrollen, runde oder eckige Kuchen ausstechen und auf gut gefettetem Blech bei starker Hitze ausbacken. Noch warm mit Zuckerguß bestreichen.

Stufe III

175 g Honig oder Sirup,  
50 g Zucker, 2 EBl. Öl,  
2 EBl. Wasser,  
Salz nach Geschmack,  
1 Eigelb,  
1 gehäulter Teel. Kakao,  
Zitronenaroma,  
1 Messerspitze Nelken,  
1 Teel. Zimt, 250 g Mehl,  
2 Teel. Backpulver,  
75 g Mandeln, 75 g Haselnüsse,  
75 g Zitronat,  
75 g getrocknete Aprikosen

### Elisen-Lebkuchen

Mandeln und Nüsse getrennt zuerst im trockenen Mixbecher zerkleinern und bereitstellen. Dann Eier, Zucker und Vanillezucker im Mixer kurz schaumig schlagen. Zimt, Nelken, Rum, das Abgeriebene einer halben Zitrone und das in Stücke geschnittene Zitronat oder Orangeat nur noch kurz unterziehen. Becherinhalt in einer Schüssel mit den mit Backpulver vermischten gemahlten Mandeln vermengen und soviel geriebene Haselnüsse zugeben, daß der Teig streichfähig ist. Er wird dann auf rechteckige Oblaten gestrichen und auf ungefettetem Blech ca. 30 Min. bei schwacher Hitze gebacken. Danach mit Zuckerguß oder Schokoladenguß bestreichen. Für eine Oblate von ca. 6 cm Durchmesser rechnet man einen gehäuften Teel. Masse.

Stufe III

4 Eier, 400 g Zucker,  
2 P. Vanillezucker,  
1 Teel. Zimt, ½ Teel. Nelken,  
2 EBl. Rum,  
das Abgerieb. einer ½ Zitrone,  
125 g Zitronat oder Orangeat,  
200 g Mandeln,  
Haselnüsse nach Bedarf,  
1 gestrichener Teel. Backpulver

### Vanillebrezeln

Stufe III

Zucker zuerst im trockenen Mixbecher zu Puderzucker verarbeiten und mit dem Eigelb schaumig rühren. Vanillezucker, cremartig erweichtes Fett und Milch begeben und noch kurz untermischen.

Mehl und Backpulver auf ein Backbrett sieben, in die Mitte eine Vertiefung machen, Becherinhalt zugeben und alles zu einem Klob verarbeiten. Falls Teig klebt, einige Zeit kalt stellen. Ausrollen, zu kleinen Brezeln verarbeiten, mit Eigelb bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Bei starker Hitze ca. 15 Min. backen.

375 g Weizenmehl,  
2 gestr. Teel. Backpulver  
150 g Zucker,  
2 P. Vanillezucker, 3 Eigelb,  
3 EBl. Milch,  
150 g Butter oder Margarine

### Feine Spekulatius

Stufe III

Zuerst Nüsse und 2—3 Zwiebäcke getrennt im trockenen Mixbecher fein mahlen und bereitstellen. Dann Eier, Zucker und cremartig erweichtes Fett im Mixer schaumig schlagen. Gewürze zugeben und noch kurz durcharbeiten lassen.

Mehl und Backpulver auf ein Backbrett sieben, in die Mitte eine Vertiefung machen, Becherinhalt, Zwiebackbrösel und die geriebenen Nüsse zugeben und alles gut verkneten. Über Nacht kalt stellen, am anderen Tage ausrollen, Formen ausstechen und bei guter Hitze goldbraun backen.

250 g Mehl,  
1/2 Päckchen Backpulver,  
125 g Fett, 180 g Zucker, 2 Eier,  
100 g Haselnüsse,  
2 EBl. Zwiebackbrösel,  
etwas Bittermandelöl,  
1 Messerspitze Kardemon,  
etwas Pfeffer, eine Spur Muskat,  
1 Prise feingewiegt. Koriander

### Feiner Gewürzkuchen

Stufe III

Eigelb, Zucker, Kunsthonig, cremartig erweichtes Fett, einige Nüsse, Kakao und evtl. etwas schwarzen Kaffee im Mixer glatt rühren.

Mehl und Backpulver in eine Schüssel sieben, Becherinhalt, Lebkuchengewürz, Rosinen und noch soviel schwarzen Kaffee zugeben, daß ein zähreibender Teig entsteht. In eine gefettete Kastenform füllen und ca. 60—70 Min. bei Mittelhitze bäcken. Danach mit Schokoladenguß überziehen.

2 Eigelb, 200 g Zucker,  
200 g Kunsthonig, 40 g Fett,  
400 g Mehl,  
1 1/2 Päckchen Backpulver,  
1 Päckchen Lebkuchengewürz,  
1/2 Tasse Rosinen, 1 EBl. Kakao,  
schwarzer Kaffee, einige Nüsse

### Haferflockenmakronen

Stufe II

Eier und Zucker im Mixer gut schaumig rühren. In einer Schüssel mit den Haferflocken und dem Orangeat vermengen. Auf ein gefettetes Blech kleine Häufchen aus dieser Masse setzen, einige Zeit trocknen lassen und bei mittlerer Hitze 15—20 Min. backen.

2 Eier, 200 g Zucker,  
150 g Haferflocken,  
1/2 Tasse feingeschn. Orangeat

## Rohkost

Bisher war nur von den gesundheitsfördernden Kräften der Früchte die Rede. Im folgenden Kapitel finden Sie nun Rezepte für Rohkostgerichte, die — als Frühstück oder Zwischenmahlzeit — sehr wohlschmeckend sind und dem Körper viele Vitamine und Aufbaustoffe zuführen.

Die Zubereitung ist denkbar einfach, denn der Mixer übernimmt hierbei alle Arbeiten. Im Handumdrehen stehen Salate und Müsli auf dem Tisch. Da ist es für die Hausfrau eine Lust, mit Rohkost gesünder zu leben.

# Rohkostsalate

## Grundregel

Möchten Sie grob geraspelte Rohkost herstellen, so schalten Sie das Gerät sofort auf Stufe III und geben das Gut Stück für Stück durch die Deckelöffnung auf das laufende Messer. Größere Teile wie Kohlrabi oder Sellerie werden vorher etwas zerteilt. Sobald die Messerhöhe im Becher erreicht ist, nehmen Sie den Inhalt heraus und wiederholen den Vorgang bis zur gewünschten Menge. Salate immer erst nach Fertigstellung mit der Tunke vermischen!

Nach dieser Grundregel werden folgende Gemüsearten zerkleinert:

Möhren	Rettiche	Schwarzwurzeln	Kraut
Sellerie	Rote Beete	Kohlrabi	Blumenkohl

Wir lassen nun einige Zusammenstellungen folgen, die Sie nach Belieben und Geschmack abändern und erweitern können. Die dazugehörigen Tunken und Mayonnaisen finden Sie auf den Seiten 11, 12 und 58.

### Grüne Salate

Stufe III

Die Salate werden verlesen, gewaschen und mit „einfacher Salattunke“ oder „Rahmtunke“ oder nur mit Sauermilch und Öl vermischt.

### Kohlrabi

Stufe III

Kohlrabi nach Grundregel zerkleinern und mit „Rahmtunke“ oder „Quarktunke“ mischen.

### Kohlrabi mit Senfrahm

Stufe III

Kohlrabi nach Grundregel zerkleinern. Dann im Mixer 1 Tasse sauren Rahm, 1 Teel. Senf, etwas Salz, Zucker, Pfeffer und Dill schlagen und mit Kohlrabi vermischen. Mit Tomatenscheiben und gehacktem Ei garnieren.

### Kräutersalate

Stufe III

Die Kräuter wie Brennessel, Brunnenkresse, Sauerampfer, Huflattich usw. werden verlesen, gewaschen und mit „Rahmtunke“ gemischt.

### Karotten

Stufe III

Karotten nach Grundregel zerkleinern und mit „Kräutermayonnaise“ anrichten.

### Frühlingssalat

Stufe III

3 weiße Rettiche nach Grundregel zerkleinern. 1 Kopf Salat verlesen und waschen, 250 g Tomaten in Scheiben schneiden und alles zusammen mit „einfacher Rahmtunke“ oder „Quarktunke“ vorsichtig vermischen.

**Sellerie***Stufe III*

Sellerie nach Grundregel zerkleinern und mit „einfacher Salattunke“ oder „Grundmayonnaise“ mischen.

**Selleriesalat mit Nüssen***Stufe III*

Zuerst im trockenen Becher 1 Handvoll Nüsse mahlen. Dann Sellerie nach Grundregel zerkleinern und beides mit Sahne, Zitronensaft, ganz wenig Salz und Zucker fein abschmecken.

**Rettichsalat mit Nüssen***Stufe III*

Im trockenen Becher einige Nüsse mahlen. Dann nach Grundregel Rettiche zerkleinern und beides mit etwas steifer Schlagsahne, ganz wenig Salz und einer Prise Zucker abschmecken. Beim Anrichten gibt man einen Kranz zerkleinerter Äpfel darum.

**Rote Beete***Stufe III*

Nach Grundregel zerkleinern und mit „Meerrettich-Mayonnaise“ vermischen.

**Schwarzwurzeln***Stufe III*

Nach Grundregel zerkleinern und mit „Grundmayonnaise“ oder „Quarkmayonnaise“ anrichten.

**Schwarzwurzeln pikant***Stufe III*

Eine Tasse zerkleinerte Schwarzwurzeln und 1 kleinen, entkernten Apfel mit  $\frac{1}{2}$  Scheibe Ananas, die in grobe Würfel geschnitten wird, 1 Tasse Milch und nach Wunsch Zitronensaft fein pürieren. Mit Schnittlauch bestreut servieren.

**Sauerkraut***Stufe III*

Das Kraut zerschneidet man grob und mischt es mit „einfacher Salattunke“, der man etwas Kümmelpulver und 1 zerkleinerte Zwiebel zufügt.

**Sauerkraut mit Äpfeln***Stufe III*

Einige halbierte Äpfel werden mit wenig Milch oder Sahne im Mixer püriert und unter das grob zerschnittene Sauerkraut gegeben. Mit frischen Kräutern, Zitronensaft und Salz nachwürzen.

**Weißkrautsalat***Stufe III*

Etwas Weißkraut und 1—2 Äpfel nach Grundregel nacheinander zerkleinern. Die Masse wird gesalzen, kurz durchgemischt und dann mit 1 Tasse Quark, einigen Rosinen, Zitronensaft, 1 Messerspitze Ingwer und etwas gehackter Zitronenmelisse vermischt.

**Tomaten***Stufe III*

Tomaten in Scheiben schneiden und mit „pikanter Salattunke“ oder „Quarktunke“ mischen.

**Blumenkohl***Stufe III*

Nach Grundregel zerkleinern und mit „Grundmayonnaise“ oder „Kräutermayonnaise“ vermischen.

**Rohkost-Spinat***Stufe III*

Zwei Tassen Milch in den Mixer geben und während des Betriebes ca. 125 g vorgerichteten Spinat und etwas Petersilie dazugeben. 2 EBl. Quark, 4 EBl. Zitronensaft und nach Belieben etwas Salz zufügen und alles fein pürieren.

# Salattunken

## Einfache Salattunke

Stufe III

Alles zusammen im Mixer gut verquirlen.  
**verfeinert:** durch Beigabe von frischen Kräutern wie Dill, Petersilie, Schnittlauch, Kerbel u. a. Nicht zuviel Sorten zusammengeben, da sich sonst die Geschmacksarten übertönen.

3 EBl. Öl, 1 EBl. Zitronensaft,  
1 Messerspitze Salz  
oder besser Selleriesalz

## Pikante Salattunke

Stufe III

Öl, Zitronensaft und 1 Messerspitze Salz im Mixer vermischen und dann die restlichen Zutaten zugeben. Solange im Mixer laufen lassen, bis alles gut zerkleinert ist.

6 EBl. Öl, 2 EBl. Zitronensaft,  
1 Messerspitze Salz, 1 Teel.  
Kapern, 1 kl. Gewürzgurke,  
1/2 Teel. Senf, 1 kl. Zwiebel,  
1 EBl. Tomatensaft  
oder 1 Teel. Tomatenmark

## Rahmtunke

Stufe II

Alles im Mixer schaumig rühren und nach Belieben Schnittlauch oder Petersilie zugeben.

1/8 Ltr süße Sahne, 1 EBl. Öl,  
Eine Messerspitze Senfpulver,  
etwas Salz, Saft von 1/2 Zitrone

## Quarktunke

Stufe III

Die Sellerieblättchen werden mit etwas Petersilie und 1 kl. Zwiebel im Mixer zerkleinert. Öl, Zitronensaft und etwas Salz dazugeben. Dann füllt man den Quark löffelweise während des Betriebes zu, bis eine dickliche Tunke entstanden ist.

2 EBl. Öl, 1 EBl. Zitronensaft,  
125 g Quark,  
1 kleine Zwiebel,  
etwas Salz, Petersilie  
und zarte Sellerieblättchen

## Tomatentunke

Stufe III

Tomaten oder Tomatenmark mit Dosenmilch und Öl im Mixer vermischen. Dann die Zwiebel, etwas Basilikum und Zitronensaft zufügen und nochmals durchmischen, bis alles zerkleinert ist.

3 Tomaten oder 1 EBl. Tomaten-  
mark, 3 EBl. Dosenmilch,  
2 EBl. Öl, 1 kl. Zwiebel, 1 EBl.  
Zitronensaft, etwas Basilikum

## Rohkost-Frühstücks

Zum Schluß kommen wir zu den Frühstücksmüsli, denn auch diese gehören zur Rohkost. Die gesundheitliche Bedeutung dieses Frühstücks ist nicht zu unterschätzen, enthalten doch das unbearbeitete Korn und die frischen Früchte all die Wirkstoffe und Vitamine, die der heute so stark beanspruchte Mensch zur Erhaltung seiner Kräfte braucht. So ein Frühstück, das selbstverständlich nach Belieben durch einige Scheiben Vollkornbrot und Obstsaft erweitert werden kann, belastet den Magen nicht und regt die Verdauung an.

**Beachten Sie bitte:** Rohkost immer nur kurz vor dem Essen zubereiten!

### Kollath-Frühstück

Stufe III

Das Weizenschrot, welches man vorher im trockenen Mixer zerkleinert hat, wird über Nacht in Wasser eingeweicht. Die entsteineten Trockenfrüchte und die Nüsse je getrennt im Mixer zerkleinern, indem man sie auf das laufende Messer wirft. Dann alles mit Buttermilch oder Milch vermischen und die Nüsse darüberstreuen.

40 g Weizenschrot,  
20 g Trockenfrüchte wie Feigen,  
Datteln oder Dörrpflaumen,  
2 EBl. Nüsse,  
etwas Honig, etwas Buttermilch  
oder Vollmilch

### Vitamin-Ei

Stufe III

Die Orangenschnitze mit allen Zutaten im Mixer fein pürieren.

1 Ei, 2 EBl. Zitronensaft, 1 entkernte und geschälte Orange,  
1 EBl. Zucker, Honig oder Malzextrakt

### Frühstücksmüsli

Stufe III

Zitronen- und Orangensaft mit der Milch, Zucker und den Nüssen im Mixer mischen. Während des Betriebes die ungeschälten, geviertelten Apfel beigeben und einmal durch das Messer ziehen lassen, daß sie nur grob geschnitten sind. Einige EBl. Haferflocken kurze Zeit im Becherinhalt aufquellen lassen und mit ganzen Beeren gemischt servieren.

Saft von 1 Zitrone und 1 Apfelsine,  $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch (die Hälfte Rahm oder Dosenmilch) 3 EBl. braunen Zucker, 2 EBl. Nüsse, 3 Apfel, einige EBl. Haferflocken, Beeren, je nach der Jahreszeit

### Joghurtmüsli

Stufe III

Alle Zutaten bis auf Leinsamen und Bierhefe im Mixer pürieren. Diese dann nur noch kurz durchmischen.

1 Fl. Joghurt, 2 EBl. braunen Zucker, 2 EBl. Nüsse, 2 kl. Karotten, 2 Äpfel, 1 Orange, 1 Scheibe Zitrone mit Schale, 1 Tasse Beeren oder Früchte der Jahreszeit, 2 EBl. geschroteten Leinsamen, 2 Teel. Bierhefe

### Birchermüsli

Stufe III

Haferflocken in Wasser einweichen und Zitronensaft zugeben. Nüsse im trockenen Mixbecher fein mahlen, etwas Milch und die grob zerschnittenen Äpfel zugeben und alles fein pürieren. Becherinhalt mit den Haferflocken vermischen und sofort servieren. Mit Früchten der Jahreszeit garnieren.

2 EBl. Haferflocken,  
6 EBl. Wasser,  
Saft einer Zitrone,  
2 EBl. gezuck., kondens. Milch,  
2 Äpfel, 2 EBl. gerieb. Nüsse,  
Beeren nach Jahreszeit

### Obstmus

Stufe III

Zuerst Nüsse im trockenen Becher mahlen, Zucker, Zitronensaft und Milch zugeben. Während des Betriebes die vorgerichteten Äpfel beimischen und fein pürieren zu einem dicklichen Mus. Mit Knusperflocken bestreuen.

Dieses Mus läßt sich mit jeder Frucht herstellen und kann auch an Stelle von Kompott gereicht werden.

Einige Nüsse, 4 EBl. Zucker,  
4 EBl. Zitronensaft, 6 Äpfel,  
2 Tassen Milch, Knusperflocken

### Vitaminschale

Stufe III

Zuerst Leinsamen im trockenen Becher mahlen. Die übrigen Zutaten außer Nüssen dazugeben und alles zerkleinern, dabei von Stufe 0 auf III schalten. Zuletzt die Nüsse zugeben und nur noch kurz durchmischen. Es ist immer gut, bei diesen Rohkostfrühstücks statt Zucker Honig zu verwenden.

1 EBl. Leinsamen, 2 EBl. Weizenkeime, 1 Karotte,  
1 Scheibe Zitrone,  
1 Teel. Sanddorn, 1 großen Apfel oder andere Früchte,  
etwas Milch, 1—2 EBl. braunen Zucker, einige Nüsse

Alles, was in den vorangegangenen  
Kapiteln an Lobenswertem über  
gesunde Ernährung gesagt wurde,

## *Säuglings- und Kinderkost*

gilt für das Kleinkind  
in besonderem Maße.

Die richtige und gehaltvolle Ernährung  
in den ersten Lebensjahren ist oft  
für das spätere Leben entscheidend.  
Rohe Obst- und Gemüsesäfte sind da  
die wertvollsten Helfer und werden vom  
Kleinkind, das erst das Kauen  
erlernen muß, leicht angenommen.



Vom 4. Lebensmonat an geht man allmählich zu Gemüse- und Obstbrei über. Es eignen sich hierfür besonders folgende Sorten: Spinat, Karotten, Blumenkohl, Kohlrabi, zarter Wirsing und als Beigabe Kartoffelbrei.

In jedem Fall ist es jedoch ratsam, vor der Umstellung auf Gemüse- und Obst Mahlzeiten mit dem Arzt zu sprechen.

#### **Kindergemüse**

*Stufe III*

Einen dünnflüssigen, heißen Schleim bereiten und die rohen, grob zerschnittenen Gemüse mit einem Teil desselben fein pürieren. Den restlichen Schleim beimischen, durcharbeiten lassen und nochmals aufkochen.

*1—2 kleine, frische Karotten,  
etwas Spinat,  
Blumenkohl, Kohlrabi*

#### **Obstzwischenmahlzeit**

*Stufe III*

Zuerst Zwieback im trockenen Mixbecher fein reiben und ausschütten. Die entsprechenden Früchte mit etwas Fruchtsaft und nach Geschmack Zucker oder Honig pürieren, Zwiebackbrösel beimischen und noch kurz durcharbeiten.

*Es eignen sich:  
Bananen, Äpfel, Aprikosen,  
Pflirsiche, Beeren, —  
1—2 Scheiben Zwieback,  
etwas Fruchtsaft*

#### **Apfelmahlzeit**

*Stufe III*

Zuerst Zwieback im trockenen Mixbecher fein reiben und bereitstellen. Frische, saftige Äpfel (Schale kann mit verwendet werden) im Mixer pürieren und Becherinhalt mit dem Zwiebackmehl und evtl. etwas Honig vermischen und sofort verfüttern.

*100 g Äpfel, 20 g Zwieback,  
evtl. etwas Honig*

#### **Rohfruchtbrei**

*Stufe III*

Am besten eignen sich zur Herstellung von Fruchtbrei Bananen, Äpfel, Birnen, weiche Pflirsiche und Erdbeeren.

Die entsprechenden Früchte im Mixer fein pürieren und sofort verfüttern. Bananen mit Orangen- oder Zitronensaft schaumig schlagen und mit etwas Honig süßen.

*Früchte wie:  
Bananen, Äpfel, Birnen,  
weiche Pflirsiche, Erdbeeren,  
evtl. etwas Honig*

### Obstsuppe

Stufe III

Aus Milch, Mondamin oder Grieß einen dicken Brei kochen und heißstellen. Entsteinte Kirschen oder Erdbeeren mit Zucker im Mixer schaumig schlagen, Mondamin- oder Grießbrei heiß in 2—3 Partien dazugeben und sofort anrichten.

Bei empfindlichen Kindern kann man das Obst vorher mit dem Zucker kurz dünsten und wie oben beschrieben fertigmachen.

Kirschen oder Erdbeeren,  
Zucker, —  
Milch, Mondamin oder Grieß

### Himbeerpudding

Stufe III

Alle Zutaten im Mixer ca. 1 Min. pürieren. In eine Form füllen und im Wasserbad gar werden lassen.

2 Tassen Himbeeren,  
1½ Tassen Milch,  
2—3 EBl. Sahne,  
2 EBl. Zucker, 2 EBl. Maizena

### Kirschpudding

Stufe III

Kirschen entsteinen, im Mixbecher mit allen Zutaten pürieren, kurz aufkochen und in Formen erkalten lassen.

250 g Kirschen, 4 EBl. Zucker,  
¼ Ltr. Milch,  
2 EBl. Mondamin

### Karotten mit Bananen

Stufe III

Alle Zutaten im Mixer gut pürieren.

100 g Karotten,  
1 Banane, 1 Apfel,  
¼ Ltr. Milch

### Blumenkohlsuppe für Kleinkind

Stufe III

Kleinen Blumenkohl etwas zerpfücken, in Butter andämpfen, etwas Reismehl oder Haferflocken dazugeben und mit Wasser und etwas Milch ablöschen. Das Ganze kurz kochen lassen und im Mixbecher pürieren.

Auf diese Art können Suppen aus Karotten, Kohlrabi und Spinat bereitet werden.

1 kl. Blumenkohl,  
Reismehl oder Haferflocken,  
etwas Butter

### Spinat für Kleinkind

Stufe III

Spinat sorgfältig waschen, mit der Milch in den Mixbecher geben und fein pürieren. Butter im Topf flüssig machen, jedoch nicht braun werden lassen. Spinat nur kurz aufkochen und evtl. Zwiebackmehl zum Dicken unterrühren.

Falls die Kinder den auf diese Weise bereiteten Spinat ablehnen, kocht man ihn in  $\frac{1}{2}$  Ltr. Wasser auf, schüttet das Kochwasser weg und püriert den Spinat mit Milch im Mixer. Fertigmachen wie oben.

250 g Spinat, 10 g Butter,  
 $\frac{1}{2}$  Tasse Milch,  
Zwiebackmehl

### Karottenbrei

Stufe III

Karotten waschen, in Stücke schneiden und in  $\frac{1}{4}$  Ltr. Wasser ca.  $\frac{1}{2}$  Std. kochen lassen. Das Wasser wird in einen anderen Topf abgegossen, eingekocht, und die Karotten währenddessen mit wenig Milch im Mixer fein püriert. Becherinhalt zum eingekochten Wurzelwasser geben, Butter zufügen und nochmals warm werden lassen.

Nach dieser Art können auch Kohlrabi- und Blumenkohlbrei bereitet werden.

200 g frische Karotten,  
5 g Butter

### Leberdiät für blutarme Kinder

Stufe III

Alle Zutaten — außer Tomatensaft — in Butter andämpfen. Zusammen mit dem Tomatensaft im Mixer fein pürieren, wenn nötig, aufwärmen, nicht kochen!

100 g Leber,  
1 Tasse zarten Spinat,  
Petersilie, etwas Zwiebel,  
3 EBl. Tomatensaft,  
20 g Butter

### Diät bei Durchfall

Stufe III

Bei **Säuglingen** behebt man harmlosen Durchfall am besten, indem man den Apfel im Mixer ohne jede Flüssigkeit fein püriert.

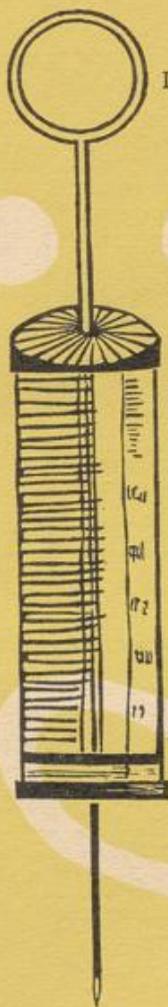
Bei **größeren Kindern** die angegebenen Zutaten im Mixer fein pürieren. Nach Wunsch zum Dicken 1 Banane beimischen. Auch Heidelbeersaft ist bei Durchfall erlaubt.

1 Irischer, saftiger Apfel

1 Tasse Heidelbeeren,  
1 EBl. Zitronensaft,  
1 Tablette Süßstoff

## Kranken- und Diätkost

Wie sehr ist man doch bemüht, ein krankes Familienmitglied mit Leckerbissen zu erfreuen und ihm kräftigende, jedoch leicht verdauliche Kost zu bieten. Manchmal mag es sogar darauf ankommen, den Appetit des Kranken durch besondere Aufmachung der Speisen erst zu wecken. Der Mixer wird Ihnen auch hierbei ein unersetzlicher Helfer sein.



## Diät für Genesende

Die Kost für einen nach längerer Krankheit genesenden Kranken soll kräftigend, aber leicht verdaulich sein. Um Magen und Verdauung nicht zu belasten, gibt man öfter kleinere Mengen.

### Haferschleimsuppe

Stufe I

Haferflocken mit Kraftbrühe zum Kochen bringen und unter öfterem Umrühren ca. 30 Min. kochen lassen. Dann in den Mixbecher geben, fein pürieren und während des Betriebes 1 Eigelb und etwas frische Butter zugeben und gleich anrichten.

50 g Haferflocken,  
1/2 Ltr. Kraftbrühe  
(von magerem Fleisch),  
1 Eigelb, etwas Butter

### Hirnsuppe

Stufe III

Kalbshirn einige Minuten in Salzwasser kochen lassen und von allen Blutgerinnseln und Häuten befreien. Mit etwas Brühe im Mixer pürieren. Aus etwas Butter und Mehl eine helle Schwitze bereiten, mit Becherinhalt und der restlichen Kraftbrühe ablöschen und mit 1 Eigelb legieren.

1 Kalbshirn,  
etwas Butter und Mehl,  
Kraftbrühe, 1 Eigelb

### Gemüsepüree

Stufe III

Das entsprechende Gemüse in wenig Wasser oder Brühe garkochen. Mit etwas Milch im Mixer pürieren. Aus Butter und Mehl eine helle Schwitze bereiten, mit Becherinhalt ablöschen und mit wenig Salz würzen.

Entweder Blumenkohl,  
junge Erbsen, Karotten oder  
Kohlrabi, etwas Butter,  
Mehl und Salz

### Eierpudding

Stufe I

Alle Zutaten im Mixer auf Stufe I schaumig rühren. In eine kleine, gefettete Form geben und im Wasserbad zugedeckt fest werden lassen. Stürzen und heiß oder kalt mit Fruchtsoße (siehe Seite 10) reichen.

2 Eier,  
4 EBl. Milch oder Sahne,  
1 Teel. Zucker

### Spinatpudding mit Rührei

Stufe III

Den Spinat mit kochendem Wasser überbrühen. Mit ca.  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch im Mixer fein pürieren, Zitronensaft, Eigelb, Salz und 1—2 EBl. Semmelmehl hinzufügen und noch kurz durcharbeiten lassen. Das steifgeschlagene Eiweiß unter den Becherinhalt heben und Masse und Puddingform ca. 40 Min. im Wasserbad kochen lassen.

Den Spinatpudding mit Rührei und Toast anrichten.

500 g Spinat, 1 Ei,  
etwas Zitronensaft und Salz,  
Semmelbrösel,  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch,—  
Rührei siehe Seite 34

### Kalbfleisch-Haschee

Stufe III

Das in Stücke geschnittene Kalbfleisch wird mit etwas Brühe im Mixer fein püriert. Aus Butter und Mehl eine helle Schwitze bereiten, mit Becherinhalt ablöschen und mit Rotwein und wenig Salz abschmecken. Mit Kartoffelpüree anrichten.

150 g sehnenfreies, gekochtes  
Kalbfleisch, 30 g Butter,  
etwas Mehl, Kalbsbrühe,  
1 EBl. Rotwein

### Zwieback-Auflauf

Stufe I

Die Zwiebäcke grob zerkleinern und in eine gefettete Auflaufform legen. Eier, Milch, Zucker und abgeriebene Zitronenschale im Mixer auf Stufe I verquirlen und über den Zwieback gießen. Etwas durchziehen lassen und ca. 20 Min. im Ofen überbacken.

1 Tasse Erdbeeren mit etwas Sahne und Zucker im Mixer pürieren und zum Zwieback-Auflauf reichen.

7 Zwiebäcke, 2 Eier,  
 $\frac{1}{8}$  Ltr. Milch, etwas Zucker,  
abgeriebene Zitronenschale, —  
1 Tasse Erdbeeren,  
etwas Sahne und Zucker

### Ei mit Rotwein

Stufe I

Ei mit Zucker im Mixer auf Stufe I verquirlen. Rotwein während des Betriebes zugeben und sofort abschalten.

1 Ei, Zucker nach Geschmack,  
1 Glas Rotwein

## Diät für Magenkranke

Bei leichten Magenverstimmungen ist das „Aushungern“ immer noch das beste Mittel. Man gibt dem Kranken nur ungesüßten Pfefferminztee und etwas trockenen Zwieback. Auch bei eintretender Besserung empfiehlt es sich, mehrere Tage leichte, gut verdauliche Kost wie Haferschleimsuppen, Kraftbrühe, Grieß- oder Mondaminbrei oder etwas gekochtes Kalbfleisch zu verabreichen.

### Haferschleimsuppe

Stufe III

siehe „Diät für Genesende“, jedoch keine Butter.

### Hirnsuppe

Stufe III

Kalbshirn wässern, von allen Blutgerinseln befreien und in etwas kochendem Salzwasser einige Minuten ziehen lassen. Mit etwas Milch und Stärkemehl in den Mixer geben und fein pürieren. Becherinhalt mit Kraftbrühe verdünnen und ca. 5—10 Min. kochen lassen. Zum Schluß evtl. etwas Butter zugeben.

*1/2 Kalbshirn, Kraftbrühe  
(von magerem Fleisch),  
etwas Milch, evtl. etwas Butter,  
1 EBl. Stärkemehl*

### Gemüsebrühe mit Eierstich

Stufe I

Ei und Milch im Mixer auf Stufe I verquirlen. Mit etwas Muskat würzen und in eine Tasse füllen. Im heißen Wasserbad fest werden lassen. Dann vom Eierstich kleine Würfel schneiden, in die heiße, schwach gesalzene Gemüsebrühe geben und mit etwas gehacktem Schnittlauch anrichten.

*1/2 Ltr. Gemüsebrühe,  
1 Ei, 1 EBl. Milch,  
Muskat*

### Geflügelcremesuppe

Stufe III

Das grob zerschnittene Hühnerfleisch mit etwas Brühe im Mixer pürieren. Stärkemehl und Milch zugeben und kurz durcharbeiten lassen. Mit der restlichen Brühe zum Kochen bringen, evtl. mit 1 Eigelb legieren und nur schwach würzen.

*1/4 Ltr. fettlose Hühnerbrühe,  
1 Tasse Milch,  
1/2 Tasse Hühnerfleisch  
(keine Haut), 1/2 EBl. Stärkemehl,  
evtl. 1 Eigelb*

## Darmerkrankung mit Verstopfung

Bei Verstopfung ist es ratsam, viel Buttermilch, Sauermilch und Joghurt zu trinken. Empfehlenswert sind auch Rhabarber, Backpflaumen und getrocknete Feigen.

### Buttermilchsuppe

Stufe III

Das Brot in Butter rösten und in der heißen Milch aufquellen lassen. Im Mixer mit Zucker, Zimt, Salz und evtl. noch etwas Buttermilch pürieren und während des Betriebes die restliche Buttermilch auffüllen. Rosinen zugeben und Suppe unter öfterem Umrühren erhitzen.

100 g Roggenschrotbrot,  
25 g Butter,  $\frac{1}{4}$  Ltr. heiße Milch,  
30 g Zucker,  $\frac{1}{2}$  Ltr. Buttermilch,  
1 Prise Zimt, 1 Prise Salz,  
2 EBl. Rosinen

### Weizenschrotbrei

Stufe III

Weizen im trockenen Mixbecher nicht zu fein mahlen und mit Wasser garkochen. Heiße Milch zugeben, nochmals durchziehen lassen und mit Honig süßen. Die vorher im trockenen Mixbecher gemahlene Nüsse, geschnittenen Feigen und Rosinen daruntergeben.

500 g Weizen,  $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch,  
100 g Rosinen, 100 g Feigen,  
50 g Nüsse, 2 EBl. Honig

### Johannisbeerquark

Stufe III

Johannisbeeren und Honig im Mixer pürieren. Während des Betriebes den Quark löffelweise dazugeben und glattrühren.

1 Tasse Johannisbeeren,  
2 Tassen Quark,  
2 EBl. Honig

### Tomaten-Joghurt

Stufe III

Tomate im Mixer pürieren. Alle Zutaten dazugeben und noch kurz durcharbeiten lassen. Morgens nüchtern zu sich nehmen.

1 Tomate, 1 Fl. Joghurt,  
1 EBl. Honig, 2 Teel. Bierhefe

## Diät für Nierenkranke

Eine Nierendiät besteht aus kochsalzfreier, flüssigkeitsarmer Kost, damit die Nieren entlastet werden.

### Reisschleimsuppe

Stufe III

Reis im Wasser solange kochen lassen, bis er weich ist. Dann im Mixer gut pürieren, nochmals kurz aufkochen und mit Schnittlauch bestreut anrichten.

*1/2 Tasse Reis,  
3/4 Ltr. Wasser,  
Schnittlauch*

### Pilzsuppe

Stufe III

Die sauber geputzten Pilze in Butter andämpfen. Mit 1/4 Ltr. Wasser auffüllen und kurz durchkochen lassen. Dann im Mixer fein pürieren, Gewürze, Petersilie, Zitronensaft und Zwiebel zugeben und noch kurz durcharbeiten lassen. Ca. 10 Minuten kochen und mit 1 Ebl. Sahne abschmecken.

*50 g Champignons oder  
Steinpilze, 10 g Butter,  
etwas Petersilie, 1/4 Ltr. Wasser,  
etwas Zwiebel,  
Saft einer halben Zitrone,  
1 Ebl. Sahne, etwas Pfeffer*

### Chicoree-Gemüse

Stufe III

Von Chicoree am Wurzelende einen Keil herausschneiden, damit das Gemüse nicht bitter wird, und in wenig Wasser kurz kochen. Gemüse in eine gefettete Auflaufform legen. Alle Zutaten im Mixer gut verquirlen und die Tunke über Chicoree gießen. Im Ofen goldgelb überbacken.

*250 g Chicoree-Gemüse,  
1 Ei, 1/4 Ltr. Gemüsebrühe,  
10 g Butter, 1 Ebl. Stärkemehl,  
4 Ebl. geriebenen Käse*

### Hagebuttentrank

Stufe III

Weizenkeime mit Mineralwasser 5 Minuten leicht kochen, Agar-Agar darin auflösen und ziehen lassen. Masse mit den übrigen Zutaten in den Mixer geben und glattrühren.  
Stündlich 1 Likörglas voll davon trinken.

*1/4 Ltr. Mineralwasser,  
4 Ebl. Weizenkeime,  
1/2 Päckchen Agar-Agar,  
1 Ebl. Hagebuttenmarmelade,  
1 Ebl. Zinnkrautsaft,  
1 Tasse Traubensaft*

## Leberdiät bei Blutarmut

Das Einnehmen von roher Leber, bei Blutarmut eine Notwendigkeit, wurde manchem Kranken zur Qual. Der Mixer hilft hier ganz besonders, die Diät abwechslungsreich und wohlschmeckend zu machen.

### Leberschnitten

Stufe III

Die sehnenfreie Leber wird in Stücke geschnitten und im Mixer fein püriert. Butter, Gewürze, Zwiebel und Petersilie zugeben und alles durcharbeiten lassen. Die Masse wird auf Toast gestrichen.

100 g Kalbsleber, 30 g Butter,  
etwas Zwiebel, Petersilie,  
Majoran, Pfeffer, Salz

### Tomatensuppe

Stufe III

Die sehnenfreie, rohe Leber mit der Tomate, Milch und Tomatenpüree im Mixer fein pürieren. Den Becherinhalt vor dem Anrichten der warmen Suppe beigegeben, jedoch nicht kochen.

1 Tasse gebundene Suppe,  
30 g Leber, 3 EBl. Milch,  
1 Tomate, etwas Tomatenpüree

### Karotten mit Lebermayonnaise

Stufe II

Eigelb, Essig, Zitronensaft, Senf und Salz im Mixer auf Stufe II verquirlen. Die rohe, sehnenfreie Leber zugeben und pürieren. Nun während des Betriebes Öl zugießen, bis die Mayonnaise fest ist.

Karotten (oder auch Sellerie) werden im trockenen Mixbecher zerkleinert, indem man sie aufs laufende Messer wirft, und mit der Lebermayonnaise angerichtet.

3 Eigelb, 1 EBl. Essig,  
1 EBl. Zitronensaft,  
1/2 Teel. Senf, Salz,  
20 g rohe Leber, Öl

### Leberkuchen

Stufe III

1 Ei und 1 Eigelb mit der Butter im Mixer schaumig schlagen. Die rohe, sehnenfreie Leber grob zerschnitten zugeben und fein pürieren. Becherinhalt in einer Schüssel mit Mehl, Backpulver und Salz vermengen und Teig 1/2 Stunde ruhen lassen. Er ist als Mürbteig oder mit Zucker zubereitet als Kleingebäck zu verwenden.

120 g Leber, 150 g Mehl,

60 g Butter, 2 Eier, 1 Prise Salz,  
1 Messerspitze Backpulver

## Diät bei Zuckerkrankheit

Die Krankheitsgrade der Zuckerkrankheit sind so verschieden, daß man die Diät nicht verallgemeinern kann. Hier muß man sich streng an die ärztliche Verordnung halten. Grundsätzlich aber kann gesagt werden, daß Zucker und Mehlspeisen zu meiden sind. Anstelle des Zuckers verwendet man Süßstoff. Scharfes Würzen der Gerichte ist ebenfalls zu unterlassen, da die Zuckerkranken ohnehin unter Durstgefühl leiden.

Salate, Frischobst (wenig zuckerhaltiges) und Gemüse (bis auf Kohl) sind reichlich zu geben, da sie den Hauptbestandteil der Ernährung bilden. Somit eignen sich also alle Rohkostrezepte, nur fällt eine evtl. Zuckerzugabe weg.

### Tomatensülze

Stufe III

Tomaten halbieren und mit Petersilie, Zitronensaft und etwas Salz im Mixer fein pürieren. Die Gelatine in heißem Wasser auflösen, dazugeben und kurz untermischen. Becherinhalt in eine ausgespülte Form füllen, erstarren lassen, stürzen und mit Eierscheiben garnieren.

200 g Tomaten,  
2—3 Blatt Gelatine, Petersilie,  
Salz, etwas Zitronensaft

### Kalbshirn überbacken

Stufe III

Kalbshirn waschen, enthäuten und mit etwas Wasser, dem Salz, Essig und Zwiebelscheibe zugesetzt werden, kalt aufsetzen und kochen. Hirn mit 1 Ei in den Mixbecher geben und fein pürieren. In eine gefettete Form füllen, mit Butterflöckchen belegen und überbacken.

1 Kalbshirn, 1 Ei, etwas Butter,  
Wasser mit Salz,  
einer Zwiebelscheibe und  
einem Schuß Essig

Mit Salat anrichten.

### Schinken-Omelett

Stufe III

Eier, Milch und Salz im Mixer verquirlen. Den grob zerschnittenen Schinken zugeben und pürieren. Becherinhalt in eine Pfanne mit heißer Butter gießen, stocken lassen und mit Salaten anrichten.

2 Eier, 2 Ebl. Milch, 1 Prise Salz,  
1 Scheibe gekochten Schinken



Viele Gläser selbstgekochter Marmeladen und Gelees sind der besondere Stolz der Hausfrau und bringen Freude für die ganze Familie.

Wenn der Inhalt der Gläser mit Genuß verspeist wird, ist allerdings außer der Hausfrau kaum einem Beteiligten klar, welche Mühe die Zubereitung kostete.

## *Einkochzeit*

Mit dem Mixer im Haus wird glücklicherweise auch diese Arbeit wesentlich leichter. Er zerkleinert mühelos das anfallende Obst zu Fruchtmasse, und mit dem Frischsaftzentrifugen-Aufsatz oder der Beerenpresse lassen sich schnell Fruchtsäfte für Gelees bereiten.

Mit dem Mixer können auch Marmeladen von rohen Früchten hergestellt werden, die bei entsprechender Sorgfalt mehrere Monate haltbar und dabei wertvoller als gekochte Marmeladen sind.

## Marmeladen

Früchte, die gewaschen werden, müssen mindestens 3 Stunden abtropfen; dies erhöht die Haltbarkeit der Marmelade ganz wesentlich.

Nicht bei allen Marmeladen kann man eine genaue Kochzeit angeben. Machen Sie im Zweifelsfalle eine Marmeladenprobe, indem Sie einen Teelöffel voll Marmelade auf einen kalten Teller geben und abkühlen lassen. Verläuft sie nicht, und bildet sich gleich nach dem Erkalten eine Haut, so ist sie fertig.

Bei Rohmarmelade nimmt man immer 500 g Zucker auf 500 g Frucht.

### Rohmarmelade

Stufe III

Die Früchte in den sauber gewaschenen Mixbecher mit der gleichen Menge Zucker geben und zweimal 3 Minuten (mit 10 Minuten Pause dazwischen) auf Stufe III pürieren. Marmelade in saubere Gläser abfüllen, mit in Alkohol getauchtem Pergamentpapier bedecken und mit Zellophanpapier verschließen.

500 g einwandfreie Früchte wie  
Johannisbeeren, Brombeeren,  
Stachelbeeren, Preiselbeeren,  
500 g Zucker

### Orangenmarmelade, roh

Stufe III

Apfelsinen schälen und entkernen und mit allen Zutaten im Mixer pürieren. Nach Geschmack die Schale einer Apfelsine ohne Weiß mit verwenden. Die Marmelade ist zum baldigen Gebrauch bestimmt.

2 Apfelsinen (evtl. nach  
Geschmack die Schale einer  
Apfelsine), 2 Äpfel oder kleine  
Bananen, Saft von 2 Zitronen,  
300—350 g Zucker

### Dreifruktmarmelade I

Stufe III

Kirschen entsteinen, mit den anderen Früchten mischen und evtl. in 2 Partien im Mixer auf Stufe III ca. 1 Minute pürieren. Fruchtmasse mit dem Zucker in einen Topf geben und auf starker Flamme unter ständigem Rühren 10—15 Minuten kochen lassen. In vorgerichtete Gläser füllen und nach Kaltwerden verschließen.

500 g Kirschen,  
250 g Johannisbeeren,  
250 g Himbeeren,  
750 g Zucker

### Himbeermarmelade

Stufe III

Himbeeren vorsichtig waschen, abtropfen lassen und im Mixer ca. 1 Min. auf Stufe III pürieren. Becherinhalt mit dem Zucker in einen Topf geben und unter ständigem Umrühren auf starker Flamme 10 Min. kochen lassen. In vorbereitete Gläser abfüllen.

1 kg Himbeeren,  
750 g Zucker

### Erdbeermarmelade – Brombeermarmelade – Pfirsichmarmelade

Stufe III

Zubereitung wie bei Himbeermarmelade.

750 g Zucker  
auf 1 kg  
der entsprechenden Früchte

### Kirschenmarmelade

Stufe III

Kirschen entsteinen und im Mixer ca. 30 Min. auf Stufe III pürieren. Mit dem Zucker in einen Topf geben und ca. 25 Min. auf starker Flamme unter ständigem Umrühren kochen. In vorbereitete Gläser füllen und nach dem Kaltwerden schließen.

500 g Sauerkirschen,  
375 g Zucker

### Preiselbeer-Apfelmarmelade

Stufe III

Die vorgerichteten Früchte im Mixer auf Stufe III ca. 1 Min. pürieren, mit dem Zucker in einen Topf geben und 10 Min. auf starker Flamme unter ständigem Rühren kochen lassen.

1 kg Preiselbeeren,  
 $\frac{1}{2}$  kg Apfel,  
 $\frac{3}{4}$  kg Zucker

### Aprikosenmarmelade

Stufe III

Die Aprikosen kurz mit kochendem Wasser überbrühen, enthäuten, halbieren und entsteinen. Im Mixer auf Stufe III ca. 30 Sek. pürieren, mit dem Zucker in einen Topf geben und auf starker Flamme ca. 10 Min. unter ständigem Rühren kochen lassen.

500 g Aprikosen,  
400 g Zucker

### Pflaumenmarmelade

Stufe III

Pflaumen entsteinen und im Mixer auf Stufe III ca. 2 Min. pürieren. Becherinhalt mit dem Zucker in einen Topf geben und ca. 25 Min. unter ständigem Rühren auf starker Flamme kochen lassen. Einen ausgezeichneten Geschmack erhält die Marmelade, wenn man ihr in den letzten Kochminuten etwas kleingeschnittenes Orangeat und Zitronat und einen Schuß Rum beifügt.

1 kg Pflaumen,  
500 g Zucker

### Quittenhonig

Stufe III

Quitten sorgfältig schälen und das Kernhaus entfernen, in Würfel schneiden und mit gleichviel Wasser weichkochen. Quittenmus im Mixer fein pürieren. 1 kg Mus mit 700 g Zucker unter ständigem Rühren auf starker Flamme 10 Min. kochen lassen und heiß in vorbereitete Gläser füllen.

1 kg Quittenmark,  
700 g Zucker

### Dörrobstmarmelade

Stufe III

Das Obst wird über Nacht in dem Wasser eingeweicht, entsteint und im Mixer fein püriert. Dann Becherinhalt unter Zugabe von Zucker und Zitronensaft ca. 10 Min. unter ständigem Rühren einkochen lassen.

500 g gedörrte Pflaumen  
oder Aprikosen,  
375 g Zucker,  $\frac{3}{4}$  Ltr. Wasser,  
Saft einer Zitrone

### Dreifruktmarmelade II

Stufe III

Von Äpfeln und Birnen Stiele und Kernhaus entfernen. Die Hälfte der entsteinten Pflaumen in den Mixer geben, Äpfel darauflegen und beides ca. 1 Min. auf Stufe III pürieren. Mit der anderen Hälfte der Pflaumen Birnen pürieren. Fruchtmasse in einem Topf mit dem Zucker ca. 20 Min. auf starker Flamme unter ständigem Rühren kochen lassen.

je 500 g Apfel,  
Birnen und Pflaumen,  
1 kg Zucker

## Mahlgut und Spezialitäten



Zu den vielseitigen Möglichkeiten des Mixers gesellt sich noch die Anwendung als Mahlgutmühle. Hierbei ist jedoch folgendes zu beachten:

a) Es kann nur mit absolut trockenem Mixer gemahlen werden. Auch das Mahlgut muß trocken sein. Andernfalls würde der Mahlstaub überall kleben bleiben und die notwendige Umwälzung des Mahlgutes verhindern.

b) Grobes Mahlgut soll vor dem Eingeben in den Mixerbecher zerkleinert werden. Vorsicht beim Einschalten: Deckel auf Becher festdrücken, da sonst Teile herausgeschleudert werden.

c) Das Messerkreuz muß vom Mahlgut bedeckt sein (mindestens fingerbreit über Messern). Mengen über 500 g auf mehrere Arbeitsgänge verteilen.

d) Bei fetthaltigem Mahlgut können Stauungen auftreten. Nach Abschalten muß das Mahlgut mit dem Abstreifer wieder in die Mitte gebracht werden, worauf wieder eingeschaltet wird. (Hierzu kurzes Schalten von Stufe 0 auf Stufe III.)

e) Beim Mahlen von Getreide ab und zu Mehl aussieben und feste Teile wieder in Becher geben.

**Kaffee***Stufe III*

Das Mahlen von Kaffee gelingt stets, wenn Sie darauf achten, daß Becher und Messer einwandfrei trocken sind. Es ist empfehlenswert, nur immer 100 g auf einmal zu mahlen. Sollte bei größeren Mengen eine Stauung eintreten, so verfahren Sie wie oben bei Grundregel 3 näher beschrieben.

**Puderrucker***Stufe III*

Bereiten Sie Puderrucker immer frisch, da er bei längerem Liegen leicht feucht und klumpig wird. Er ist im Nu gemacht!

Sie geben groben Zucker, Würfelzucker oder auch geklumpten Puderrucker durch die Deckelöffnung in den eingeschalteten Mixer. In Sekunden haben Sie den feinsten Puderrucker.

**Orangeat oder Zitronat***Stufe III*

Die Schalen werden in Zucker gewälzt, etwas zerkleinert und dann aufs laufende Messer geworfen. Nicht zu lange laufen lassen, da die Stücke sonst zu fein werden. Dann mit viel Zucker vermischen und in ein trockenes, gut schließendes Glas geben. Ein herrliches und sparsames Kuchengewürz!

**Schokoladenraspel***Stufe III*

Blockschokolade darf immer nur in kleinen Mengen und sehr kurz verarbeitet werden. Durch die leichte Erwärmung treten sonst die öligen Bestandteile aus, die Masse verklebt und das Messer wird blockiert. Also Schokolade in kleinere Stücke brechen, aufs laufende Messer werfen und sofort abschalten, wenn sie zerkleinert ist.

**Hülsenfrüchte***Stufe III*

Selbst härteste Hülsenfrüchte können zu Mehl verarbeitet werden.

Zur Herstellung von Gerichten ist es allerdings empfehlenswert, die Hülsenfrüchte einige Stunden vorher quellen zu lassen. Das Mehl dagegen findet Verwendung als Beigabe zu Viehfutter.

**Mohn***Stufe III*

100—150 g Mohn einfüllen, das Gerät auf Stufe III schalten und laufen lassen, bis der Mohn fein gemahlen ist. Falls er sich nach längerer Laufzeit ballt, abschalten, die Masse mit dem Abstreifer auflockern und wieder einschalten. Mohn stets frisch mahlen!

**Vanillezucker***Stufe III*

Jetzt haben Sie die Möglichkeit, echten Vanillezucker herzustellen! 1 Stange Vanille schneiden Sie der Länge nach auf und geben sie mit 100 g Zucker in den Mixer, Einschalten und zu feinem Vanillezucker verarbeiten.

**Semmelbrösel***Stufe III*

Sollten stets vorhanden sein zum Panieren, Bestreuen von Aufläufen und Kuchenformen, zum Festigen von Hackfleisch und zum Ubergießen feiner Gemüse. In diesem Fall schwitzt man die Brösel in Butter goldgelb.

Weißbrotreste aller Art, die notfalls noch in der Röhre nachgetrocknet werden, bricht man in Stücke und füllt den Becher  $\frac{1}{3}$  voll. Einschalten und solange laufen lassen, bis der gewünschte Feinheitsgrad erreicht ist. Alte Brötchen werden in 3—4 Teile geschnitten und aufs laufende Messer geworfen.

**Meerrettich***Stufe III*

Bisher verursachte das Reiben dieser köstlichen, gesunden Beigabe zu Fisch, kaltem Fleisch und Wurst Tränen! Wie einfach geht es dagegen jetzt im Mixer!

Der Meerrettich wird in Stücke geschnitten und diese aufs laufende Messer geworfen. Zu Soßen und Cremes kann er im Mixbecher mit den entsprechenden Zutaten gleich weiterverarbeitet werden.

**Kuchengewürz***Stufe III*

Apfelsine und Zitrone fein abschälen und die Schalen trocknen. Im Becher zu Pulver mahlen, mit Zucker vermischen und ins Glas füllen. Zubinden!

**Reibekäse***Stufe III*

Geriebener Käse ist bei einigen Gerichten wie ital. Spaghetti, Tomaten- oder Nudelaufläufen beinahe unerlässlich.

Schneiden Sie harte Käsereste in Stücke und werfen sie durch die Deckelöffnung auf das laufende Messer. Deckel festhalten, da größere Teile nach oben geschleudert werden! Achten Sie darauf, daß der Käse gut trocken ist, da er sonst am Messer verklebt. Die Füllmenge sollte nicht mehr als 100 g betragen, dann entleert man den Becher und fährt nach Belieben mit dem Zerkleinern fort.

**Gehackte Nüsse oder Mandeln***Stufe III*

Zum Bestreuen von Süßspeisen, als Zugabe zum Frühstücksmüsli, für den Kuchenteig und dergl.

Es empfiehlt sich, nicht mehr als 100 g einzufüllen. Dann auf Stufe III schalten und sofort abschalten, wenn alles durchgelaufen ist. Ein zu langes Verarbeiten macht die Nüsse oder Mandeln nur klebrig, da durch die Erwärmung das Öl austritt. Werden die Mandeln gebrüht und abgezogen, so müssen sie erst wieder gut trocknen.

Im völlig trockenen Zustand lassen sich all diese Arten zu Mehl verarbeiten. Nicht mehr als 200 g auf einmal mahlen.

Zum Schrotfrühstück benötigen Sie den Weizen nur grob zerkleinert. Das so entstandene Schrot wird über Nacht in Wasser eingeweicht und zum Frühstück mit Früchten, Honig und Milch vermischt. Nur soviel Schrot herstellen, wie am nächsten Tag verzehrt wird.

Wollen Sie den gekeimten Weizen verwenden, so legen Sie die Weizenkörner ins Wasser und lassen sie 2—3 Tage bei Zimmertemperatur quellen. Dann geben Sie sie auf ein Sieb, trocknen sie und mahlen sie aus. Weizenkeime sind wegen ihres Gehaltes an Nähr- und Wirkstoffen eine hochwertige Zusatznahrung für Jung und Alt.

Diesem ausgezeichneten Heilmittel wollen wir einen Extra-Abschnitt widmen. Bei den heute sehr verbreiteten Verdauungsstörungen, der Ursache vieler Leiden, verhilft Ihnen Leinsamen, regelmäßig genossen, zur Besserung.

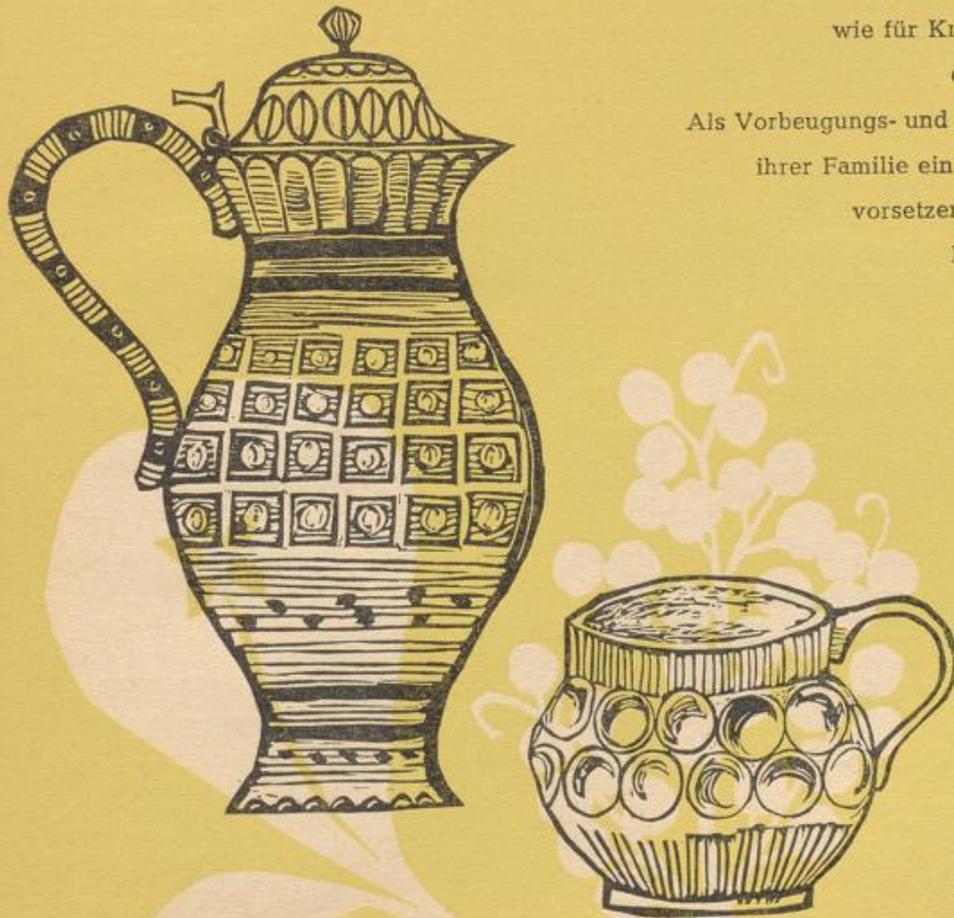
Da gemahlener Leinsamen durch längeres Liegen einen ranzigen Geschmack annimmt und an Heilkraft verliert, mahlen Sie ihn immer nur in kleinen Mengen (durch Ihren Mixer haben Sie ja jetzt die Möglichkeit dazu) und nicht zu fein.

Mindestens zweimal am Tag sollten Sie einen Eßlöffel voll vor den Mahlzeiten zu sich nehmen. Ist Ihnen der Leinsamen so zu trocken, so mischen Sie ihn unters Obstmus oder Schrotfrühstück oder vermischen ihn mit Flüssigkeit.

Es gibt natürlich noch mehr Beispiele, die man anführen könnte. So lassen sich auch Pfefferkörner, Muscatnuß, Zimtstangen, getrocknete Kräuter usw. mühelos verarbeiten. Nachdem wir Ihnen aber die Grundregeln verraten und Sie an Hand vieler Beispiele in die Kunst des Mahlens eingeführt haben, möchten wir es Ihnen überlassen, weitere Möglichkeiten und Kniffe herauszufinden.

## Saftgewinnung

Naturreine Frucht- und Gemüsesäfte sind für Gesunde wie für Kranke gleich wertvoll, denn sie führen dem Körper wichtige Aufbaustoffe zu. Als Vorbeugungs- und Kräftigungsmittel sollte jede Hausfrau ihrer Familie ein Gläschen Saft-Apéritif vor dem Essen vorsetzen. Unser Frischsaftzentrifugen-Aufsatz hilft, diese Säfte sekundenschnell und mühelos zu bereiten.



## Wie und wann werden Frischsäfte getrunken?

Nachstehend haben wir einige bewährte Saffrezepte zusammengestellt. Selbstverständlich können die einzelnen Saftsorten auch unvermischt eingenommen werden, wenn dies besser vertragen wird. Es ist wichtig, daß die Säfte stets frisch und in kleinen Schlücken, am besten mit dem Saughalm, getrunken werden. Etwaige Reste nur im Kühlschrank in einem nicht-metallischen Behälter aufbewahren. Bei Gemüsesäften genügt es, wenn man dreimal täglich ein kleines Gläschen voll etwa eine Viertelstunde vor den Mahlzeiten zu sich nimmt. Fruchtsäfte können in größeren Mengen getrunken werden. An Obstsafttagen, die man ein- bis zweimal in der Woche durchführen kann, gibt man etwa einen halben Liter Obstsaft täglich. Man sollte allerdings einen Arzt zu Rate ziehen, der die Obstsorten je nach der gewünschten Wirkung auswählt.

Beachten Sie bitte, daß sämtliches Obst und Gemüse vor der Verarbeitung gut gewaschen und gereinigt wird! Äpfel, Karotten und dergl. nicht schälen, sondern nur gut abbürsten, in Stücke schneiden und in den Füllschacht der Zentrifuge geben. Bei Wurzel- und Knollengemüsen liegen die Mineralsalze nämlich zum Teil unter der Schale und würden beim Schälen verlorengehen. Orangen, Zitronen und Grapefruits dagegen müssen geschält und entkernt werden.

### Rotkohl mit Früchten

100 g Rotkohl, 1 Apfel, 1 Orange und  $\frac{1}{4}$  Zitrone der Reihe nach entsaften und den fertigen Saft nach Geschmack mit 1 Eßlöffel Honig und 5 Eßlöffeln Sahne vermischen.

### Frühlingstrunk

Gleiche Mengen zarten Rhabarber und frische Erdbeeren entsaften und nach Geschmack mit Honig süßen. Ein Glas hiervon am Tag auf nüchternen Magen getrunken genügt.

### Gesundheits-Cocktail

Gleiche Mengen Sellerie, Karotten und Apfel entsaften und die Säfte vermischen.

### Langes Leben

200 g Spinat, 1 Orange und  $\frac{1}{4}$  Zitrone der Reihe nach entsaften und nach Geschmack mit etwas Honig und Sahne mischen.

### Apfel-Orangen-Saft

3 Orangen und 1 Apfel entsaften, mit Honig süßen und mit etwas Mineralwasser auffüllen.

### Tomatensaft, scharf

3 Tomaten und  $\frac{1}{4}$  Zitrone entsaften und den gewonnenen Saft im Mixer ganz kurz mit Joghurt und Rosenpaprika vermischen.

### Brombeer-Tomaten-Saft

250 g Brombeeren, 2 Tomaten und  $\frac{1}{4}$  Zitrone der Reihe nach entsaften und nach Geschmack mit wenig Honig süßen.

### Karotten-Rote-Rüben-Saft

2 mittelgroße Karotten, 2 Äpfel, 1 frische Rote Rübe und  $\frac{1}{4}$  Zitrone der Reihe nach entsaften und die Säfte vermischen.

### Tomatensaft, mild

150 g Tomaten, 100 g Erdbeeren und 1 Apfel der Reihe nach entsaften und je nach Geschmack mit wenig Honig süßen.

Bei den folgenden Diätkuren sollte unter allen Umständen der Arzt zu Rate gezogen werden. Wir nehmen an, daß die Eigenarten der Krankheiten und ihre Behandlungen bekannt sind. Die Rezepte geben nur Hinweise, welche Säfte bei welchen Krankheiten am vorteilhaftesten angewandt werden.

### Diät für Fieberkranke und Genesende

#### Apfel-Traubensaft

150 g Apfel,  
150 g Trauben und  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone ohne Schale  
der Reihe nach entsaften  
und mit Rohrzucker nach  
Geschmack süßen.

#### Zitronensaft

2 Zitronen  
entsaften (schälen), im  
Mixer kurz mit Rohrzucker  
und 1 Eigelb verquirlen  
und mit Mineralwasser  
auffüllen.

#### Rote-Rüben-Saft

2 mittelgroße Rote Rüben,  
 $\frac{1}{2}$  Zitrone und  
ca. 70 g Hagebutten  
der Reihe nach entsaften  
und mit einem Teelöffel  
Sahne vermischen.

### Diät bei Verstopfung

#### Rhabarbersaft

300 g Rhabarber  
entsaften, im Mixer mit  
1 Glas Buttermilch, Honig  
und etwas Süßmost vermischen.

Dazu gibt man Zwieback.

#### Karottensaft

200 g Karotten, 1 Apfel  
und  $\frac{1}{4}$  Zitrone

der Reihe nach entsaften,  
Saft im Mixer kurz mit  
Honig und 1 Eidotter verquirlen  
und mit Milch auffüllen.

Statt des Eidotters kann  
man auch dünnflüssigen,  
heißen Haferschleim untergeben.

Ferner ist für Fieberkranke  
und Genesende der Saft von  
allen Früchten, die Vitamin C  
enthalten, wie Orangen,  
schwarze Johannisbeeren  
und Grapefruits zu empfehlen.

#### Spinat-Karotten-Saft

100 g Spinat,  
2 Karotten und  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone

der Reihe nach entsaften  
und das Gemisch mit  
einem Eßlöffel Olivenöl  
und etwas Majoran verrühren.

### Diät bei Magen- und Darmerkrankungen

#### Tomatensaft

300 g Tomaten,  
1 Apfel und  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone

entsaften und das Gemisch  
evtl. mit 2 Eßlöffeln  
Sahne verfeinern.

#### Spinatsaft

250 g jungen Spinat und  
150 g Karotten  
entsaften und dem Gemisch  
etwas Bierhefe zusetzen.

#### Kartoffelsaft

(bei Magengeschwüren)

4 kleine, rohe Kartoffeln  
entsaften und im Mixer  
kurz mit Joghurt oder  
etwas Sahne verquirlen.  
Wenn man die geschälten  
Kartoffeln vor dem Entsaften  
mit Zitronensaft abreibt,  
behält der Saft seine schöne,  
helle Farbe.

### Diät für Zuckerkrankte

#### Rotkohlsaft

150 g Rotkohl, 1 Apfel,  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone und  
 $\frac{1}{4}$  Grapefruit

der Reihe nach entsaften,  
mit 4 Eßlöffeln saurer  
Sahne mischen und nach  
Geschmack mit Süßstoff  
süßen.

Zur Milderung kann man  
diesem Saft etwas Tomatensaft  
beimengen und zur Abwechslung  
statt Süßstoff einige Tropfen  
Suppenwürze verwenden.

#### Radieschensaft

150 g Radieschen,

1 Orange oder

$\frac{1}{2}$  Grapefruit,

2 Tomaten und

1 Schnitzel Zitrone

der Reihe nach entsaften,  
Saft mit Joghurt oder  
etwas Sahne verquirlen  
und mit frischen Kräutern  
bestreut servieren.

### *Diät bei Leber- und Gallenleiden*

#### **Rote-Rüben-Saft**

150 g Rote Rüben,  
20 g Zwiebeln,  
100 g frischen Kopfsalat  
und  $\frac{1}{4}$  Zitrone

der Reihe nach entsaften  
und das Gemisch mit  
Buttermilch auffüllen.

#### **Rettichsaft**

150 g Rettich,  
1 Orange und  
 $\frac{1}{4}$  Grapefruit

der Reihe nach entsaften,  
das Gemisch nach Ge-  
schmack mit Honig süßen  
und mit Joghurt oder  
etwas Magermilch ver-  
mischen.

### *Diät bei Nierenerkrankungen*

#### **Gurkensaft**

250 g junge Gurke  
mit Schale,  
2 Mandarinen,  
1 Sträußchen Petersilie  
und  $\frac{1}{4}$  Zitrone

der Reihe nach entsaften  
und das Gemisch mit Sah-  
ne gut verrühren.

#### **Erdbeersaft**

200 g Erdbeeren und  
 $\frac{1}{4}$  Zitrone, geschält,  
entsaften, nach Geschmack  
mit Zucker süßen und mit  
Süßmost auffüllen.

### *Diät für Herzranke*

#### **Blumenkohlsaft**

Ca. 150 g  
jungen Blumenkohl  
(5 bis 6 Röschen),  
1 Apfel und  $\frac{1}{4}$  Grapefruit  
oder Zitrone

entsaften und das Ge-  
misch mit etwas Honig  
süßen. Man verquirlt den  
Saft mit Mandelmilch  
(Mandelpüree ist im Re-  
formhaus zu bekommen).

#### **Orangen- Grapefruit-Saft**

2 Orangen,  
1 Grapefruit und  
6 Mandeln

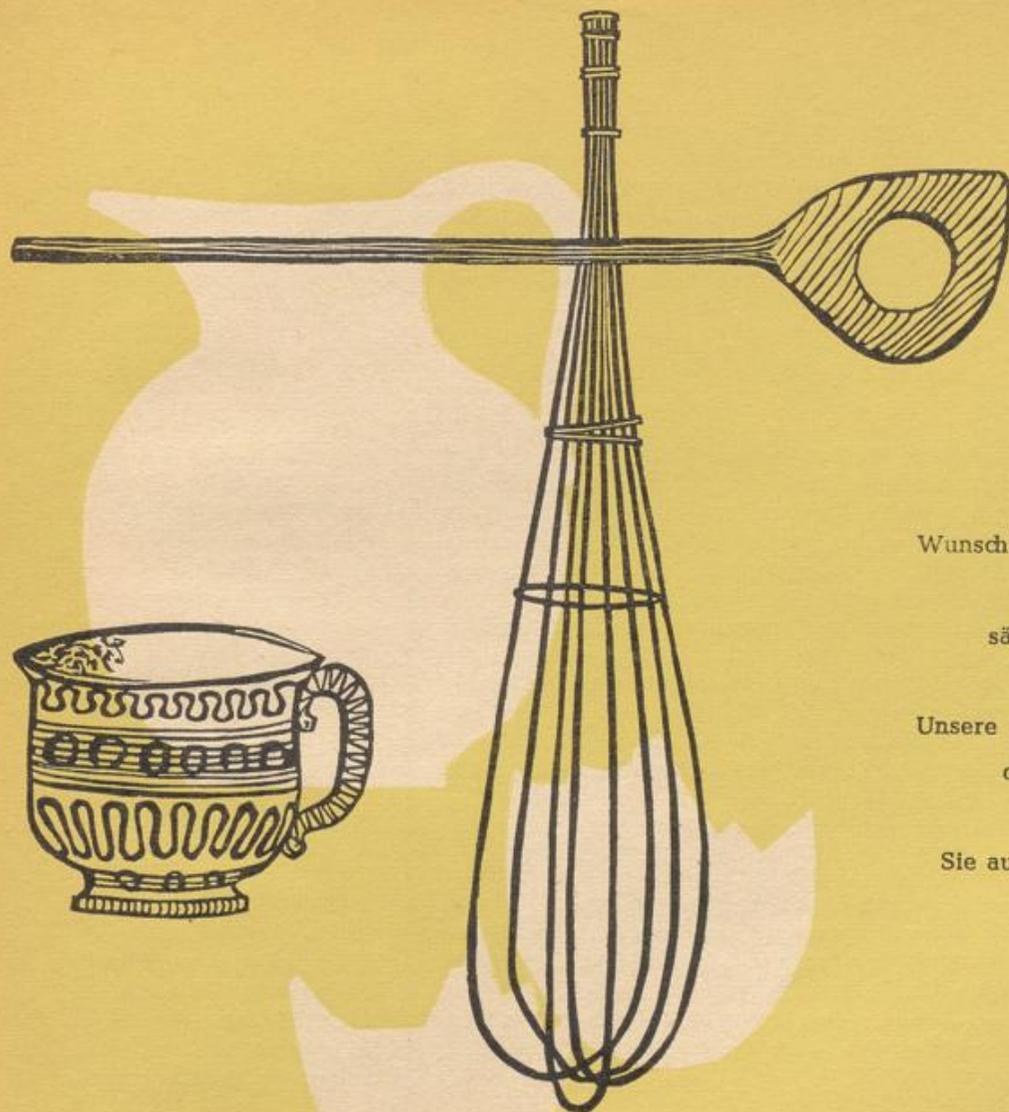
entsaften und das Ge-  
misch mit Sahne ver-  
quirlen.

### *Diät bei Diarrhöe*

#### **Heidelbeersaft**

200 g Heidelbeeren und  
2 Apfel

entsaften und im Mixer  
mit einer halben Banane  
verquirlen.



## Teigwaren

Das Rühr- und Knetwerk, der Wunschtraum aller Hausfrauen, ermöglicht die völlig mühelose Zubereitung sämtlicher Teigarten durch das 2-fach wirkende Planetengetriebe. Unsere Rezepte sollen Ihnen die verschiedensten Verwendungsmöglichkeiten zeigen. Selbstverständlich können Sie auch Ihre eigenen, erprobten Rezepte verwenden. Beachten Sie aber bitte dabei, daß maschinengerührte Teige im allgemeinen etwas weniger Flüssigkeit benötigen.

## Hefeteig (Knehtaken)

Der Hefeteig ist einer der genügsamsten Teige und benötigt nur wenig Zutaten. Jedoch ist ein gründliches Durchkneten und Schlagen des Teiges unerlässlich, wenn das Gebäck schön locker werden soll. Die Scheu mancher Hausfrauen vor dem Bereiten eines Hefeteiges ist völlig unbegründet, wenn man dabei beachtet, daß die Zutaten alle leicht angewärmt, die Flüssigkeiten lauwarm, das Fett zerlassen, aber nicht heiß und die Hefe selbst in etwas lauwärmer Milch mit 1 Teelöffel Zucker angerührt werden muß.

### Hefe-Grundrezept

Das Mehl in die Rührschüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen, die mit etwas lauwärmer Milch und 1 Teelöffel Zucker angerührte Hefe hineingeben und mit etwas Mehl zu einem dicklichen Vorteig rühren. Den Vorteig in der zugedeckten Schüssel an einem warmen Ort ca. 20 Min. gehen lassen. Dann Milch, zerlassenes Fett und Ei zugeben und Rührwerk auf Stufe I schalten. Wenn sich das Mehl mit den übrigen Zutaten etwas verbunden hat, über Stufe II auf III schalten und solange kneten, bis sich der Teig glatt von der Schüssel löst. Den Teig wiederum zugedeckt mindestens  $\frac{1}{2}$  Stunde gehen lassen. Er muß noch einmal so hoch gegangen sein. Den fertigen Teig nun nach Belieben formen, nochmals 20 Min. zugedeckt an warmem Ort gehen lassen und dann in den gut vorgeheizten Ofen geben.

500 g Mehl, 30 g Hefe,  
 $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch oder Wasser,  
100 g Butter oder Margarine,  
100 g Zucker, 1 Ei, Salz,  
das Abgeriebene  
einer halben Zitrone.

### Hefe-Rosinenkranz

Aus den Zutaten einen Teig nach Grundrezept herstellen. Nach dem Aufgehen 3 gleichgroße Rollen formen und zum Zopf flechten. Kranzförmig auf ein gefettetes Backblech legen und in die Mitte eine außen gefettete Schüssel stellen, damit der Kranz seine Form behält. Den Teig zugedeckt nochmals 20 Min. gehen lassen, mit Eigelb bestreichen, mit Hagelzucker und zerkleinerten Mandeln bestreuen und bei guter Hitze ca. 45 Min. backen.

1 kg Mehl, 50 g Hefe,  
 $\frac{2}{3}$  Ltr. Milch, 2 Eier,  
100 g Butter oder Margarine,  
150 g Zucker, Salz,  
100 g Rosinen, —  
50 g Mandeln  
und etwas Hagelzucker.

### Hefe-Schnecken

Einen Teig wie bei Rosinenkranz herstellen, jedoch die Rosinen nicht dem Teig begeben. Den aufgegangenen Teig ausrollen, mit Rosinen, im Mixer zerkleinerten Mandeln und Zucker bestreuen und aufrollen. Ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden und die Schnecken aufs gefettete Blech legen. Nochmals zugedeckt gehen lassen, mit Eigelb bestreichen und im vorgeheizten Ofen ca 30 Min. backen. Noch warm mit Zucker-  
guß bestreichen.

### Mohnstriezel

Einen Teig nach Grundrezept herstellen, aufgehen lassen und ca. 1 cm dick ausrollen. Den gemahlene(n), mit knapp  $\frac{1}{4}$  Ltr. heißer Milch gebrühten Mohn auskühlen lassen und mit den übrigen Zutaten vermischen. Die Eiweiß in der Rührschüssel auf Stufe III fest schlagen und unter die Mohnmasse heben. Den ausgerollten Teig mit zerlassener Butter bestreichen, die Mohnmasse daraufgeben und Teig aufrollen. Teigrand mit etwas Eigelb festkleben. Den Kuchen auf gefettetes Blech geben und im vorgeheizten Ofen bei guter Hitze 50—60 Min. backen.

### Hefe-Gugelhupf, gerührt

Die Hefe mit etwas lauwarmer Milch, 1 Teelöffel Zucker und etwas Mehl zu einem Vorteig anrühren und zugedeckt an einem warmen Ort aufgehen lassen. Währenddessen die weiche Butter auf Stufe III mit dem Schlagbesen schaumig schlagen, nach und nach Zucker, Eier, Salz und etwa  $\frac{1}{3}$  des Mehles zugeben und gut rühren. Zu dieser Masse das restliche Mehl, die aufgegangene Hefe und die zerkleinerten Mandeln geben und mit dem Knethaken weiterbearbeiten wie einfacher Hefeteig. In eine gefettete Gugelhupfform füllen und im vorgeheizten Ofen bei nicht zu starker Hitze ca. 60 Min. backen. Hefeteig mit viel Fett und Eiern benötigt zum Aufgehen eine längere Zeit als gewöhnlicher Hefeteig.

#### Zutaten

wie bei Rosinenkranz,  
jedoch statt Hagelzucker  
Puderzucker.

#### Zutaten

wie bei Hefe-Grundrezept, —  
Belag: 250 g gemahlene(n),  
gebrühten Mohn,  
75 g Mandeln, 60 g Rosinen,  
100 g Zucker, 2 Eigelb,  
etwas Zimt, 1 EBl. Rum  
oder einige Tropfen Rumaroma.

500 g Mehl,  
150 g Butter oder Margarine,  
100 g Zucker, 3 Eier,  
 $\frac{1}{6}$ — $\frac{1}{4}$  Ltr. Milch, 100 g Rosinen,  
50 g im Mixer  
zerkleinerte Mandeln,  
etwas Salz,  
das Abgeriebene  
einer halben Zitrone,  
30—40 g Hefe.

## Mürbeteig (Knehtaken)

Der Mürbeteig verlangt ein schnelles Vermischen und Durcharbeiten seiner Zutaten und verträgt kein allzu langes Kneten. Vor dem Ausrollen muß der Teig an einem kühlen Ort  $\frac{1}{2}$  Stunde ruhen. — Das Rührwerk ist hier besonders günstig, da der Teig nicht, wie bei Verarbeitung mit Hand, erwärmt wird. Warmer Mürbeteig aber klebt und läßt sich nicht ausrollen.

### Mürbeteig-Grundrezept

Mehl und Backpulver vermischt in die Rührschüssel sieben. In der Mitte eine Vertiefung machen, das in Flocken geschnittene Fett und die übrigen Zutaten daraufgeben und Rührwerk auf Stufe I schalten. Nachdem sich das Mehl mit den Zutaten etwas vermischt hat, über Stufe II auf III schalten. Den Teig rasch durchkneten und vor Weiterverwendung  $\frac{1}{2}$  Std. kalt stellen.

### Gedeckter Apfelkuchen

Einen Mürbeteig wie nach Grundrezept bereiten und kalt stellen. Währenddessen die geschälten und in dicke Scheiben geschnittenen Äpfel in Zucker nach Geschmack und evtl. etwas Wein dünsten und abkühlen lassen. Eine Tortenform (oder Backblech) mit ca.  $\frac{3}{4}$  des Mürbeteigs auslegen und bei guter Hitze hellgelb backen. Nun die Apfelmasse auflegen, den restlichen Mürbeteig ausrollen, auflegen, mit Eigelb bestreichen und goldbraun backen. Mit Zuckerguß bestreichen.

### Feiner Mürbeteig ohne Backpulver

Aus den angegebenen Zutaten einen Mürbeteig wie nach Grundrezept herstellen. Eine Springform damit auslegen, mit einer Gabel Teig mehrmals einstechen und bei guter Hitze goldgelb backen. Nach Erkalten mit gezuckerten Erdbeeren belegen und mit Schlagsahne garnieren.

250 g Mehl, 80 g Zucker,  
125 g Butter oder Margarine,  
1 Ei, 2—3 EBl. Milch, Salz,  
1 gestr. Teel. Backpulver.

Zutaten  
wie bei Grundrezept, —  
1 kg mürbe Äpfel, Puderzucker.

180 g Mehl,  
100 g Butter oder Margarine,  
80 g Zucker, 1 Ei,  
2 EBl. Milch,  
etwas abgeriebene  
Zitronenschale.

## Rührteig (Schlagbesen)

Wie schon der Name sagt, stehen und fallen Rührteige mit dem gleichmäßigen, ununterbrochenen Rühren. Der Rührteig soll nicht nur durch Backpulver aufgehen, sondern auch durch das Beimischen von lockerndem Eischnee und das gute Vermengen aller Zutaten. Da er immer nur nach einer Richtung gerührt werden soll, ist das Rührwerk hier Ihr idealer Helfer!

### Grundregel bei Rührteigen:

Zuerst auf Stufe I anlaufen lassen, dann über Stufe II auf III schalten. Bei Zugabe von Mehl, Milch usw. auf Stufe I zurückschalten und nach Vermischen wieder auf Stufe III stellen. Die Butter muß weich, aber nicht flüssig sein.

### Einfacher Rührkuchen

Die weiche Butter und Zucker schaumig rühren. Die Eier nacheinander an den Teig geben, d. h. jedes Ei erst wieder gut verrühren, abgeriebene Zitronenschale dazugeben und alles schön schaumig schlagen (ca. 6 Min.). Nach und nach abwechselnd das mit Backpulver vermischte Mehl und die Milch beifügen und alles nochmals gut durcharbeiten. Der Teig darf nicht zu weich sein, er muß schwerreißend vom Schlagbesen fallen. In eine gefettete, mit Bröseln ausgestreute Napfkuchenform füllen und bei mittlerer Hitze ca. 1 Std. backen.

### Königskuchen

Die weiche Butter, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Nacheinander die Eier zugeben, dann das mit Backpulver vermischte Mehl und die Milch abwechselnd beifügen und das Ganze gut verrühren. Zum Schluß Rum, kleingeschnittenes Zitronat, Sultaninen und Korinthen untermischen. Den schwerreißenden Teig in eine gefettete, mit Papier ausgelegte Kastenform füllen und bei mäßiger Hitze ca. 1¼ Std. backen.

500 g Mehl, 1 P. Backpulver,  
200 g Zucker,  
150 g Butter oder Margarine,  
3 Eier, ¼ Ltr. Milch,  
1 Prise Salz,  
das Abgeriebene  
einer halben Zitrone.

350 g Mehl, 150 g Stärkemehl,  
250 g Butter oder Margarine,  
200 g Zucker,  
1 P. Vanillezucker,  
4 Eier, ca. ¼ Ltr. Milch,  
4 EBl. Rum, 40 g Zitronat,  
je 125 g Sultaninen  
und Korinthen,  
1 Prise Salz,  
1 P. Backpulver.

### Feiner Sandkuchen

Die weiche Butter schaumig rühren, nach und nach den Zucker und die 5 Eigelb dazugeben und dann 10 Min. rühren lassen. Nun nach und nach das mit Backpulver vermischte Mehl und Stärkemehl abwechselnd mit etwa  $\frac{1}{3}$  des vorher steif geschlagenen Eischnees zufügen und zum Schluß den Rest Eischnee nur noch per Hand unterziehen. Den Teig in eine gefettete, mit Bröseln ausgestreute Kastenform füllen und bei Mittelhitze 1— $1\frac{1}{4}$  Std. backen. Den erkalteten Kuchen mit Zuckerguß beziehen.

### Feiner Rührteig für Obstkuchenboden

Die ganzen Eier mit der Butter schaumig rühren, Zucker und abgeriebene Zitronenschale zufügen und alles 10 Min. rühren. Zum Schluß Mehl beifügen und nur noch kurz untermengen. Teig in eine gut gefettete Springform füllen und bei guter Hitze ca. 15—20 Min. backen. Nach dem Erkalten mit Obst belegen und mit Schlagsahne garnieren.

### Haselnußring

Fett und Zucker schaumig rühren und nach und nach die Eier zugeben. Dann das mit Backpulver vermischte Mehl, Gewürz und die Milch nach und nach abwechselnd beifügen und alles gut verrühren. 3 EBl. vorher im Mixer geriebene Haselnüsse untermengen, den Teig in eine gefettete Ringform füllen und bei guter Hitze 40—50 Min. backen. Nach dem Erkalten Kuchen zweimal durchschneiden, mit Nußcreme füllen und bestreichen und mit Krokant bestreuen.

125 g Mehl, 125 g Stärkemehl,  
250 g Butter oder Margarine,  
250 g Zucker, 5 Eier,  
 $\frac{1}{2}$  Teel. Backpulver,  
etwas Rum oder Arrak,  
etwas abgeriebene  
Zitronenschale.

3 Eier, 100 g Zucker,  
100 g Butter oder Margarine,  
100 g Mehl,  
etwas abgeriebene  
Zitronenschale.

100 g Butter oder Margarine,  
200 g Zucker, 375 g Mehl,  
2 Eier,  
1 EBl. Rum oder  
1 P. Vanillezucker,  
 $\frac{1}{8}$  Ltr. Milch,  
1 P. Backpulver.

## Biskuitteige (Schlagbesen)

Bei den nun folgenden Biskuitteigen ist es bei Verarbeitung im Rührwerk nicht notwendig, Eiweiß getrennt zu schlagen und unterzuheben. Nach ca. 10 Min. Rührzeit sind die ganzen Eier mit dem Zucker so luftig schaumig gerührt, daß jede Eischnee- oder Backpulverzugabe entfällt. Nur wenn weniger Eier, als im Rezept erwähnt, verwendet werden, muß  $\frac{1}{2}$  Teelöffel Backpulver zugegeben werden. Das nachstehende Grundrezept kann nach Belieben weiterverarbeitet werden, so z. B. zu Biskuitrolle, Torten usw.

### Biskuitteig

Die ganzen Eier mit Zucker und Vanillezucker ca. 10 Min. schaumig rühren. Mehl dazugeben und nur noch kurz untermengen. Den Teig rasch in eine gefettete, mit Papier ausgelegte Form oder Blech füllen und bei mittlerer Hitze ca. 25—30 Min. backen. Nach dem Backen den Kuchen sofort auf ein Rost oder mit Zucker bestreutes Tuch stürzen, Papier mit kaltem Wasser bestreichen und rasch abziehen. Nach dem Erkalten kann der Biskuit nach Belieben weiterverarbeitet werden.

### Sachertorte

Die Schokolade in der Rührschüssel im nicht zu heißen Wasserbad schmelzen und nach dem Abkühlen mit Butter und Zucker dick schaumig rühren. Nach und nach die Eigelb und das Mehl zugeben und zum Schluß das vorher mit 30 g Zucker steifgeschlagene Eiweiß unterheben. Den Teig in eine mit Papier ausgelegte Springform füllen und bei mittlerer Hitze ca. 45 Min. backen. Nach dem Erkalten stürzen, die Torte in 2 Hälften schneiden und mit Aprikosenmarmelade füllen. Mit der unteren Seite nach oben zusammensetzen, mit Aprikosenmarmelade bestreichen und dick mit Schokoladenglasur überziehen.

5 Eier, 150 g Zucker,  
150 g Mehl, 1 P. Vanillezucker.

3 Eier, 4 Eier  
90 gr. Zucker 120 gr. Zucker  
90 gr. Mehl 120 gr. Mehl

150 g Schokolade,  
150 g Butter oder Margarine,  
150 g feinen Zucker, 6 Eier,  
150 g Mehl, —  
30 g Zucker für Eischnee.

## Tortenfüllungen (Schlagbesen)

### Feine Buttercreme

Butter oder Margarine schaumig rühren. Eigelb zugeben und nach und nach den Puderzucker beifügen. Zum Schluß je nach Geschmack Zitronensaft, Kaffee oder Likör daruntermischen. Falls die Creme gerinnt, 1—2 EBl. heißes Wasser langsam zugeben.

### Einfache Buttercreme

Butter oder Margarine schaumig rühren. Den kalt gerührten Pudding löffelweise dazugeben, also jeden Löffel Pudding erst gut mit der Butter vermischen. Butter und Pudding müssen die gleiche Temperatur haben.

Diese einfache Buttercreme kann man nach Geschmack und Belieben variieren, z. B.:

### Nuß-Buttercreme:

der Puddingmasse 60 g geriebene Nüsse begeben.

### Rum-Buttercreme:

zum Schluß 2 EBl. Rum oder Arrak begeben.

### Schokoladen-Buttercreme:

der noch warmen Puddingmasse 2 EBl. Kakao oder 3 EBl. Schokoladenpulver begeben.

### Mokka-Buttercreme:

zum Schluß 2 EBl. starken Kaffee oder 2 Teel. Nescafe begeben.

### Orangen- oder Zitronen-Buttercreme:

zum Schluß 3 EBl. Orangen- oder Zitronensaft begeben.

200 g Butter  
oder gute Margarine,  
200 g Puderzucker, 1—2 Eigelb,  
je nach Geschmack  
2 EBl. Zitronensaft,  
3 EBl. starken Kaffee  
oder 2 EBl. feinen Likör.

200 g Butter  
oder gute Margarine,  
einen Pudding aus  $\frac{1}{2}$  Ltr. Milch,  
1 P. Vanillepuddingpulver,  
100 g Zucker und  
1 P. Vanillezucker bereiten.