



Landesverband hauswirtschaftlicher Berufe MdH
Niedersachsen e. V.



Hauswirtschaftlicher Wettbewerb

und

Leistungswettbewerb der Hauswirtschaft

Landesentscheid 2015

Zusammenstellung der Rezepte der TeilnehmerInnen



Vorwort

Der Leistungswettbewerb der Hauswirtschaft und der Hauswirtschaftliche Wettbewerb wurden am 17. und 18. April 2015 in Rotenburg/Wümme durchgeführt.

Der gemeinsame Wettbewerb in der Hauswirtschaft zeigt ein vielseitiges Spektrum der Ausbildung und spiegelt das gute Niveau der Auszubildenden wieder. Qualifizierte und engagierte Auszubildende aus ganz Niedersachsen stellen sich dem Leistungsvergleich. Neben theoretischen und praktischen Fähigkeiten im Berufsfeld Hauswirtschaft sind Kompetenzen wie Teamfähigkeit, Kommunikationsfähigkeit, Kooperationsfähigkeit sowie Eigenständigkeit und Aufgeschlossenheit Kriterien für die Leistungsbewertung.

Hauswirtschaft spielte stets eine zentrale Rolle im gesellschaftlichen Leben. Sie musste sich auch in der Vergangenheit immer wieder neu auf aktuelle Entwicklungen und Erkenntnisse im Bereich Ernährung, auf veränderte Materialien und Anforderungen im Lebensumfeld und auf Veränderungen gesellschaftlicher Strukturen einstellen. Diesen Weg müssen auch die zukünftigen Fachkräfte in der Hauswirtschaft immer wieder gehen. Anlässlich des Landesentscheides wurde dieses Rezeptheft gestaltet. Es soll zeigen, wie vielseitig ein Thema in der Nahrungszubereitung gesehen werden kann. Es enthält Rezepte der TeilnehmerInnen zu der Aufgabe:

**In Ihrem Ausbildungsbetrieb treffen mehrere Generationen aufeinander.
Es findet ein Familientreffen statt.**

Es werden verschiedene Speisen in Buffetform angeboten. Sie leisten einen Beitrag zu diesem Buffet unter dem Motto „Alte Rezepte neu interpretiert“. Stellen Sie mindestens eine herzhafte und süße Speise für vier Personen zu diesem Thema her.

Lassen Sie sich überraschen, welche Vielfalt an Möglichkeiten von den Auszubildenden realisiert wurde. Sicher finden Sie unter den Rezepten Anregungen für Ihre eigene Küche. Viel Spaß beim Stöbern wünscht Ihnen

Susanne Schmucker
Vorsitzende

| Name | Wohnort | Ausbildungsbetrieb |
|----------------------|-----------------|--|
| Angela Beinke | Bramsche | Kath. Landvolkshochschule Oesede |
| Anna Röhrs | Schneeverdingen | Christine Meyer, Heber |
| Ann-Kathrin Detmer | Bovenden | Ländl. Heimvolkshochschule Mariaspring |
| Christiane Borkowski | Dehnsen | Rabehof, Hermannsburg |
| Christine Meyer | Lohne | Caritas Sozialwerk, Lohne |
| Corinna Cohrs | Hermannsburg | Bildungszentrum HVHS Hustedt |
| Deike Neide | Elmlohe | Hof Niemann, Brest |
| Erika Thiessen | Essen | St. Silvester Stift, Quakenbrück |
| Eva-Maria Wulf | Rodenberg | Wegeners Hof, Wunstorf |
| Finja Martens | Geestland | Bärbel von Lehe, Langen |
| Jessica Lohmann | Nikolausdorf | EnergieCampus, Oldenburg |
| Johanna Düser | Nordenham | Pflegeheim Haus Christa, Stollhamm |
| Laura Behrens | Garrel | Kath. Akademie Stapelfeld |
| Lena Mosel | Edemissen | Papes Gemüsegarten, Braunschweig |
| Magdalena Riebold | Wietze | Rabehof, Hermannsburg |
| Marleen Krüger | Immensen | Wegeners Hof, Wunstorf |
| Merle Friedrichs | Aurich | Gerda Ahrends, Wittmund |
| Miriam Müller | Brake | Kückens Altenpflegeheim, Berne |
| Nadine Haverkamp | Osnabrück | Küpper-Menke-Stift, Osnabrück |
| Nora Kruse | Lemförde | Diakonissen Mutterhaus, Lemförde |
| Regina Ochira | Hage | Reiterhof „Kleine Mücke“, Auich |

| 1 | | | |
|----------------------|----------|---|--|
| Angela Beinke | | | |
| | | Blattsalat pikant | |
| ¼ | | Lollo Bionda | waschen, schneiden |
| ¼ | | Eisbergsalat | waschen, schneiden |
| 50 | g | Sonnenblumenkerne und Kürbiskerne | |
| 1/2 | | rote Zwiebel | schälen, klein schneiden |
| 6 | | Cocktailtomaten | halbieren |
| ¼ | | gelbe Paprika | würfeln |
| | | Dressing: | |
| 3 | EL | Kräuteressig | Alle Zutaten für die Marinade vermengen und mit den Gewürzen abschmecken. |
| 3 | EL | Sonnenblumenöl | |
| 1 | TL | Dijon-Senf | |
| | | Zucker, Salz, Pfeffer | |
| 1 | Zweig | Petersilie | |
| | | Lachsschnitzel überbacken (mediterran) | |
| 4 | | Lachsschnitzel | mit Salz und Pfeffer würzen und in Öl an braten mit Tomate, Mozzarella und Basilikum belegen und überbacken |
| 8 | Scheiben | Mozzarella | |
| 2 | | Tomaten | |
| 8 | Blatt | Basilikum | |
| 2 | EL | Öl | |
| | | Salz, Pfeffer | |
| 1 | | Tomate | würfeln und anrichten |
| | | Kartoffelspalten | |
| 500 | gr. | Kartoffeln | waschen, bürsten und in Spalten schneiden |
| 3 | EL | Öl | mit Öl, Salz, Pfeffer und Knoblauchzehe vermengen und im Backofen bei 175 ° C 25 Minuten überbacken |
| | | grobes Salz und Pfeffer | |
| 1 | | Knoblauchzehe | |
| | | Creamdip: | |
| 250 | gr. | Quark | Quark und Schmand verrühren |
| 100 | gr. | Schmand | |
| 1 | TL | Dijonsenf | dazugeben und mit Pfeffer, Salz und Zucker abschmecken, Schnittlauch dazugeben |
| | | Apfel-Crumble mit Vanillesoße | |
| 200 | g | Äpfel | waschen, schälen, klein schneiden |
| 40 | g | Zucker | einen krümeligen Knetteig herstellen, Äpfel in eine Auflaufform füllen, die Teigmasse krümelig über den Äpfeln verteilen, bei 175 ° C 20 min in den Backofen |
| 75 | g | Mehl | |
| ½ | Pck. | V-Zucker | |
| 45 | g | Butter | |
| ½ | TL | Zimt | |
| 45 | g | Haselnüsse, gehackt | |
| 45 | g | Mandeln, gehackt | |
| | | | |
| | | Vanillesoße: | |
| 300 | ml | Milch | Vanillesoße herstellen |
| 10 | g | Speisestärke | |
| 1 | Pck | Bourbonvanille | |
| 2 | EL | Zucker | |

| 2 | | | |
|-------------------|------|-------------------------------|---|
| Anna Röhrs | | | |
| | | Spargelmuffins mit Dip | |
| 300 | g | Mehl | Zutaten zu einem glatten Teig verrühren |
| 1 | Pck | Backpulver | |
| 125 | g | Crème fraîche | |
| 1 | TL | Salz | |
| 2 | Eier | | |

| | | | |
|-----|-------|------------------------|---|
| 125 | g | gewürfelten Schinken | unter den Teig heben |
| 500 | g | gekochten Spargel | klein schneiden, unter den Teig heben |
| | | Dip | |
| 125 | g | Kräuter-Creme fraîche | alles verrühren |
| 1 | TL | süßer Senf | |
| 1 | Prise | Salz | |
| | | Maracujapudding | |
| 500 | ml | Maracujasaft | Saft mit Zucker aufkochen |
| 50 | g | Zucker | |
| 1 | Pck | Vanillepuddingpulver | Puddingpulver mit kaltem Saft verrühren, einrühren und aufkochen lassen |

| | | | |
|----------|---------------------------|--|--|
| 3 | Ann-Kathrin Detmer | | |
| | | Hirsesuppe mit karamellisierten Äpfeln | |
| 1 | l | Milch | mit etwas Zucker zum Kochen bringen |
| 6 | EL | Hirse | einrieseln lassen und bei niedriger Temperatur köcheln |
| 3 | EL | Zucker | in einer Pfanne flüssig werden lassen |
| 1 | | Apfel | in Stücke schneiden |
| je | 20 g | Sonnenblumenkerne, gehackte Walnüsse und gehackte Mandeln | gemeinsam mit den Äpfeln zum flüssigen Zucker geben und karamellisieren |
| | | Hirsesuppe portionieren und mit der Karamellmasse verzieren | |
| | | Rote-Bete-Carpaccio | |
| 3 | Knollen | gegarte Rote Bete | in dünne Scheiben schneiden und kreisförmig auf einer Platte verteilen |
| 4 | | Champignons | putzen, in dünne Scheiben schneiden und in die Mitte der Platte platzieren |
| 1 | Handvoll | Rucola | waschen und in die Mitte der Platte geben |
| 1 | Handvoll | Pinienkerne | auf das Carpaccio verteilen |
| etwas | | Parmesan | auf den Rucola streuen |
| | | Öl, Balsamico, Salz und Pfeffer | vermengen, abschmecken und darüber geben |
| | | Pilzpfanne mit Schwarzwurzeln | |
| 3 | | Lauchzwiebeln | waschen und in Ringe schneiden |
| 2 | | Schwarzwurzeln | waschen, schälen und raspeln |
| | | Lauchzwiebeln und Schwarzwurzeln dünsten | |
| je 150 | g | weiße und braune Champignons | putzen und vierteln |
| 150 | g | Kräuterseitlinge | putzen, in große Stücke schneiden |
| | | Pilze zu den Frühlingszwiebeln und Schwarzwurzeln geben und anbraten | |
| 200 | g | Schmand | mit Salz und Pfeffer würzen |
| | | Pastinaken-Süßkartoffel-Sauerampferbrei | |
| 300 | g | Pastinaken | waschen und in grobe Stücke schneiden |
| 1 | | Süßkartoffel | in grobe Stücke schneiden |
| | | Pastinake und Süßkartoffel in Brühe garen | |
| 100 | g | Sauerampfer | in Streifen schneiden und kurz vor Garende zu den Pastinaken und Süßkartoffeln geben |
| | | Brühe abgießen, Masse pürieren, mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken | |

| | | | |
|----------|-----------------------------|---|---|
| 4 | Christiane Burkowski | | |
| | | Toast Hawaii mit Birne und Radicchio | |
| 4 | Scheiben | Toastbrot | antoasten |
| 1 | EL | Butter | damit Toast bestreichen |
| 3 | | Birnen | waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden, anschließend Toast mit Birne und Radicchio belegen, mit Emmentaler bestreuen |
| 1 | Kopf | Radicchio | |
| 100 | g | geriebenen Emmentaler | |
| | | Salz und Pfeffer | würzen und kurz abbacken |
| | | Petersilienkartoffeln mit feinem Lachsschinken | |
| 1 | kg | Kartoffeln | waschen, kochen, pellen und in Scheiben schneiden |
| 30 | g | Fett | Mehlschwitze zubereiten |
| 40 | g | Mehl | |

| | | | |
|-----|-------|----------------------|---|
| ½ | Liter | Wasser | |
| | | Salz, Pfeffer | |
| 1 | Bund | Petersilie | waschen, putzen, kleinschneiden, hinzufügen und Kartoffeln unterheben |
| 200 | g | Lachsschinken | dazu reichen |
| | | Semmelpudding | |
| 250 | g | getrocknete Semmel | zerbröseln |
| 375 | ml | Milch | Semmel darin einweichen |
| 80 | g | Fett | schaumig rühren |
| 80 | g | Zucker | |
| 2 | | Eier | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 50 | g | gehackte Mandeln | |
| 50 | g | Korinthen | Alle Zutaten verrühren und in eine mit |
| 80 | g | Semmelmehl | ausgestreute Puddingform füllen und im Wasserbad garen |

| | | | |
|----------|------------------------|---|---|
| 5 | Christine Meyer | | |
| | | Erdbeer-Tiramisu | |
| 150 | g | frische Erdbeeren | pürieren |
| 150 | g | Zucker | |
| 100 | g | Mascarpone | zu einer cremigen Masse verrühren |
| 250 | g | Quark | |
| 100 | g | Zucker | |
| 1 | Becher | Sahne | schlagen und unterheben |
| 150 | g | Amarettini | in vier Schälchen verteilen, pürierte Erdbeeren und Mascarpone Masse aufschichten |
| 4 | | Erdbeeren | Damit die Speise verzieren |
| 4 | | Amarettini | |
| | | Balsamico Geschnetzeltes mit Cous-Cous | |
| 400 | g | Hähnchengeschnetzeltes | |
| 1 | | Zwiebel | putzen, in Würfel schneiden |
| 1 | | Paprika | putzen, klein schneiden |
| 10 | ml | Öl | Hähnchenfleisch, Zwiebel und Paprika in Öl anbraten |
| 250 | ml | Balsamicoessig | hinzufügen und köcheln lassen |
| 4 | EL | Tomatenmark | verrühren und hinzufügen |
| ½ | Becher | Sahne | |
| | | Paprika, Knoblauchsatz, Salz, Pfeffer, Brühe, Oregano | damit abschmecken |
| 400 | ml | Wasser | mit Brühe zum Kochen bringen |
| 400 | g | CousCous | mit dem kochenden Wasser übergießen |
| 50 | g | Margarine | hinzugeben und 5 Minuten quellen lassen |

| | | | |
|----------|----------------------|--------------------------------------|--|
| 6 | Corinna Cohrs | | |
| | | Mini-Party-Quiches (16 Stück) | |
| 200 | g | Mehl | alle Zutaten zu einem Quark-Öl-Teig verarbeiten, Teig ausrollen und Kreise ausstechen, Kreise in den Mulden der Backförmchen verteilen, dabei einen Rand andrücken |
| 2 | TL | Backpulver | |
| 100 | g | Quark | |
| 70 | ml | Milch | |
| 5 | EL | Öl | |
| 1 | TL | Salz | |
| 2 | | Paprikaschoten | Paprika, Lauch putzen und waschen, Zwiebel schälen, alles kleinschneiden und in einer Pfanne 5 Minuten andünsten |
| 1 | kleine | Zwiebel | |
| 1 | Stange | Porree | |
| 125 | g | Schinken | Zutaten miteinander verquirlen, das Gemüse unterheben, danach auf die Förmchen verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 ° C 20-25 Minuten backen |
| 300 | g | Schmand | |
| 1 | | Ei | |
| 100 | g | geriebenen Käse | |
| 1 | TL | Paprikapulver | |
| | | Salz, Pfeffer, Oregano | |

| Sushi mal anders – süß als Dessert | | | |
|---|-------|--|---|
| 133 | g | Milchreis | Milchreis zubereiten und kühl stellen |
| 0,6 | l | Milch | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 3 | EL | Zucker | |
| 70 | g | Kokosraspeln | in einer Pfanne ohne Fett anrösten |
| ¼ | | Honigmelone | das Obst schälen und schneiden |
| 2 | | Pfirsiche | Pfirsiche und Kiwis aushöhlen und mit Milchreis füllen |
| 2 | | Kiwis | |
| | | Zimt Zitronenmelisse Obst für Dekoration | Kokosraspeln auf Klarsichtfolie streuen und Milchreis darauf verteilen und vorsichtig einrollen, kühl stellen |
| | | | auf den langen Melonenscheiben den Milchreis tun und einrollen Sushi garnieren und anrichten |

| 7 Deike Neide | | | |
|---|----|-------------------------------|---|
| Hefepudding mit Birnen und Erdbeersoße | | | |
| 250 | g | Mehl | zu einem Hefeteig verarbeiten und an einem warmen Ort gehen lassen |
| 20 | g | Hefe | |
| 40 | g | Butter | |
| 1 | | Ei | |
| ¼ | TL | Salz | |
| 40 | g | Zucker | |
| 1 | | Birne | vorbereiten, schneiden und unter den Teig heben, den Hefepudding im Wasserbad garen |
| 1 | | Orange | vorbereiten, filetieren |
| 1 | | Kiwi | vorbereiten, pürieren mit Zucker abschmecken |
| | | | Hefepudding stürzen, anrichten |
| Rote-Bete-Suppe mit Meerrettichcreme | | | |
| 2 | | Rote Bete | vorbereiten, schneiden |
| 1 | | Zwiebel | in |
| 1 | EL | Öl | anschwitzen, mit |
| 1 | l | Gemüsebrühe | ablöschen |
| 100 | g | saure Sahne | verrühren |
| 1 | EL | Meerrettich | |
| 1 | | Apfel | vorbereiten, schneiden in |
| 1 | EL | Öl | anbraten und in die Suppe geben |
| | | mit Pfeffer, Salz, 1 EL Honig | abschmecken, anrichten |

| 8 Erika Thiessen | | | |
|---------------------------------|--------|------------------------------|---|
| Artländer Kartoffelsuppe | | | |
| 700 | g | Kartoffeln | vorbereiten, würfeln |
| 500 | g | Suppengemüse | ohne Porree vorbereiten, würfeln |
| 1,5 | l | Gemüsebrühe | Kartoffeln und Gemüse, 20- 25 Min darin garen, pürieren |
| 1 | Stck | Zwiebel | vorbereiten, würfeln |
| 1/2 | Stck | Porree, aus dem Suppengemüse | vorbereiten, schneiden |
| 75 | g | Schinkenwürfel | Zwiebel, Porree, Schinken zusammen anbraten, zur pürierten Suppe geben |
| | | Salz, Pfeffer, Speckpulver | abschmecken |
| 100 | ml | Schlagsahne | unterrühren |
| | | Petersilie | waschen, hacken, auf der Suppe anrichten |
| Artländer Apfelkuchen | | | |
| 500 | g | Mehl | zu einem Mürbeteig verarbeiten, in 2 Portionen ausrollen, 1 Portion auf das Blech legen, Äpfel auf dem Teig verteilen, 2. Teig darüber legen, 2 Becher Schmand darüber verteilen, mit Zucker bestreuen, bei 220 ° C ca. 40 Min backen |
| 250 | g | Butter | |
| 2 | Stck | Eier | |
| 1 | Becher | Schmand | |
| 1 | TL | kalt Wasser | |
| 125 | g | Zucker | |
| 4-5 | Stck | klein geschnittene Äpfel | |

| | | | |
|----------|-----------------------|---|---|
| 9 | Eva-Maria Wulf | | |
| | | Gefüllte Pfannkuchen mit Mangold, Tomaten und Frischkäse | |
| 250 | g | Mangold | vorbereiten, in Würfel schneiden, den Mangold in Streifen schneiden, in etwas Öl andünsten und etwas köcheln lassen |
| 1 | Stck | Speisezwiebel | |
| 3 | Zehen | Knoblauch | |
| 3 | Stck | Tomaten | vorbereiten würfeln, dazu geben |
| 200 | g | Mozzarella | in Scheiben schneiden |
| 200 | g | Frischkäse mit Kräutern | dazu geben |
| | | Salz, Pfeffer | abschmecken |
| 200 | g | Mehl | Eierkuchenteig herstellen, abbacken |
| 3/4 | Teel | Backpulver | |
| 300 | ml | Milch | |
| 3 | Stck | Eier | |
| | | Salz | |
| 50 | ml | Schlagsahne | Die Mangoldmasse in die Pfannkuchen einrollen, in eine gefettete Auflaufform legen, mit der Schlagsahne übergießen und mit dem Mozzarella belegen, 180° C ca. 20-30 Min backen. Vor dem Servieren mit Tomate und Mozzarella garnieren. Schmeckt warm und kalt |
| | | Rhabarber Tiramisu | |
| 500 | g | Rhabarber | vorbereiten, in 2-3 cm lange Stücke schneiden, in eine Auflaufform geben |
| 80 | ml | Orangensaft | dazu geben im Backofen bei 175° C 30 Min backen, abkühlen lassen |
| 2 | EL | Zucker | |
| 100 | g | Löffelbiskuit | zerbröseln, und in 4 Portionsgläser verteilen |
| 250 | g | Mascarpone | glatt rühren |
| 50 | ml | Orangensaft | |
| 150 | ml | Schlagsahne | schlagen und unter die Mascarpone Masse heben |
| | | Kakaopulver | Rhabarber und Mascarpone Masse in die Gläser verteilen, mit Kakao dekorieren |

| | | | |
|-----------|------------------------|-----------------------------------|---|
| 11 | Jessica Lohmann | | |
| | | Käseknusperstangen | |
| 250 | g | TK-Blätterteig | Scheiben nebeneinander legen, auftauen lassen |
| 75 | g | geraspelter Gouda | |
| 1/2 | Teel | Salz | verrühren, Blätterteig damit bestreichen, Käse auf dem Blätterteig verteilen, den Teig in Streifen schneiden, spiralförmig aufdrehen und auf ein Blech mit Backpapier legen bei 175° C 15 -20 Min backen. |
| 1 | EL | Sesam | |
| 1 | TL | Paprikapulver | |
| 1 | | Ei | |
| | | Zebra- Himbeer- Käsekuchen | |
| 125 | g | TK-Himbeeren | auftauen, pürieren, durch ein Sieb streichen |
| 100 | g | Mehl | Mürbeteig herstellen, ausrollen, eine Springform damit auslegen |
| 1 | Prise | Salz | |
| 40 | g | Zucker | |
| 1/2 | Stck | Ei | |
| 45 | g | kalte Butter | |
| 65 | g | zimmerwarme Butter | zu einer Masse verrühren, 1/3 abnehmen und mit den Himbeeren verrühren. |
| 2 | Stck | Eier | In die Mitte des Teigbodens 2 EL der weißen Creme geben und darauf dann 1 EL der Himbeercreme. Vorgang wiederholen bis alles verteilt ist. bei 175° C 50 -60 Min backen. |
| 325 | g | Quark | |
| 1 | EL | Stärke | |

| 12 | | Johanna Düser | |
|-----------|----------|--|--|
| | | Pfannenkuchen mal anders | |
| 60 | g | Mehl | Alle Zutaten vermengen und Pfannkuchen abbacken |
| 1 | Stck. | Ei | |
| 60 | g | Milch | |
| 3 | EL | Wasser | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 3/4 | Stck. | Mozzarella | Mozzarella in Scheiben schneiden |
| 1 | Pck. | Rucola | Rucola waschen |
| 3 | Scheiben | Kochschinken | Kochschinken fein würfeln |
| 2 | EL | Balsamico | Alle Zutaten miteinander verrühren |
| 1 | Prise | Salz und Pfeffer | |
| 4 | EL | Wasser | |
| 3 | EL | Bärlauchöl | |
| 1 | Spritzer | Zitrone | |
| 100 | g | Frischkäse | Alle Zutaten miteinander vermengen und mit den Frischkäse auf den Pfannenkuchen verteilen. |
| | | Pfeffer, Curry, Paprika, Salz, | |
| | | Knoblauchzehe | |
| | | Prinzenrolle und Quark als Blumentopf | |
| 250 | g | Quark | verrühren |
| 65 | g | Puderzucker | |
| 250 | g | Sahne | Steif schlagen |
| 1 | Tüte | Paradiescreme | vermengen und schaumig schlagen. Unter die Quarkmasse Sahne und Paradiescreme unterheben. |
| 250 | ml | Milch | |
| 4 | Stck. | Prinzenrolle | zerkleinern. Quarkcreme und Kekse schichtweise in Dessertschälchen füllen |
| 4 | Stck. | Gummiwürmer | Desserts verzieren |
| 12 | Stck. | Gänseblümchen | |

| 13 | | Laura Behrens | |
|-----------|--------|--|--|
| | | Lasagne mit Hähnchenbrust und Champignons | |
| 1 | Stck. | Knoblauchzehe | schälen, fein hacken, würfeln, andünsten |
| 1 | Stck. | Zwiebel | |
| 2 | EL | Olivenöl | |
| 100 | g | Schinkenwürfel | |
| 250 | g | Champignons | Champignons in feine Scheiben schneiden. |
| 5 | EL | passierte Tomaten | |
| 2 | EL | Olivenöl | |
| 650 | g | Hähnchenbrustfilet | zugeben und anbraten, Pilze und Schinken hinzugeben, ca. 2 Minuten dünsten, passierte Tomaten hinzugeben |
| 3 | EL | Tomatenmark | einrühren |
| 100 | ml | Gemüsebrühe | hinzugeben |
| 250 | ml | Sahne | zugeben und aufkochen lassen |
| | | Salz, Pfeffer | abschmecken. Masse abwechselnd mit |
| 6 | Stck. | Lasagneblätter | in eine Auflaufform schichten. Abschließend |
| 1 | Becher | Schmand | auf die Lasagne verteilen und mit |
| 150 | g | geriebenen Käse | bestreuen und bei 175°C ca. 25 min. backen |
| | | Basilikumblätter | Lasagne verzieren |
| | | Quarkspeise mit Kirschgrütze | |
| 250 | g | Quark | Alle Zutaten miteinander verrühren |
| 250 | g | Mascarpone | |
| 4 | EL | Zucker | |
| 1 | Pck. | Vanillezucker | |
| 120 | ml | Milch | |
| | | Zitronensaft | |
| 1/2 | Boden | Baiser | zerkrümeln |
| 500 | g | Kirschgrütze | Abwechselnd die Quarkmasse und den Baiser in eine Glasschüssel schichten. Mit der roten Grütze abschließen |
| | | Feldsalat mit Champignons und Granatapfel | |
| 100 | g | Feldsalat | waschen und auf eine Platte geben |

| | | | |
|-----|-------|-------------|---|
| 100 | g | Champignons | putzen, in Scheiben schneiden |
| 1/2 | Stck. | Granatapfel | halbieren und entkernen. Champignons und Kerne auf den Salat verteilen. |
| 6 | TL | Himbeersoße | verrühren und über den Salat träufeln |
| 4 | TL | Olivenöl | |

| | | | |
|-----------|-------------|-----------------------------------|---|
| 14 | Mose | | |
| | | Basilikum-Hefezopf | |
| 400 | g | Mehl | Daraus einen Hefeteig herstellen, zu einer Platte (30x40 cm) ausrollen. |
| 1 | Pck | Hefe | |
| 40 | g | Butter | |
| 80 | g | Zucker | |
| 250 | ml | lauwarme Milch | |
| 300 | g | geraspelter Marzipan | auf die Teigplatte geben |
| 30 | g | Basilikum | waschen, hacken und auch auf den Teig geben, Zopf formen und abbacken |
| | | Puderezucker, Limettensaft | Guß herstellen und auf den fertigen Hefezopf streichen und mit |
| | | Mandelblättchen | verzieren |
| | | Mediterrane Kräutersuppe | |
| 3 | | Zwiebeln | putzen, würfeln, in |
| 60 | g | Butter | andünsten |
| 80 | g | Mehl | anschwitzen und mit |
| 2 | l | Gemüsebrühe | ablöschen |
| 200 | g | Kräutermischung | hinzugeben und mit |
| 200 | g | Creme fraiche | |
| | | Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft | abschmecken |
| 100 | g | Garnelen | in |
| 2-3 | EL | Olivenöl | andünsten |
| 2 | | Knoblauchzehen | putzen, zerkleinern und mit andünsten, in die Suppe geben |
| 4 | Streifen | Blätterteig | längs halbieren und mit |
| | | Oliven und Schafskäse | wellenförmig auf Schaschlikspieße aufspießen, abbacken |
| | | mit Petersilie | garnieren |

| | | | |
|-----------|-------------------------|---------------------------------------|---|
| 15 | Nadine Haverkamp | | |
| | | Orangenflammeri | |
| 2 | | Orangen | auspressen und mit |
| 1 | | Zitrone | |
| 375 | ml | Milch | zum Kochen bringen und einen Flammeri herstellen |
| 100 | g | Zucker | |
| 2 | EL | Speisestärke | |
| 1 | Prise | Salz | |
| | | Mediterrane Hackbällchenspieße | |
| 500 | g | Hackfleisch | Hackfleischteig herstellen und mit Salz und Pfeffer würzen, zu Bällchen formen und in Olivenöl anbraten |
| 2 | | Eier | |
| 3 | EL | Senf | |
| 100 | g | geriebenen Käse | |
| je ½ | | gewürfelte rote und gelbe Paprika | |
| ½ | Bund | gehackte Petersilie | |
| | | Gemischter Salat | |
| ½ | Kopf | Eisbergsalat | waschen und in Streifen schneiden |
| je ½ | | Paprikaschote, rot und gelb | waschen und würfeln |
| 1 | Dose | Mais | abtropfen lassen |
| ½ | Bund | Petersilie | waschen und hacken |
| 100 | ml | Rapsöl | Marinade herstellen und über den Salat geben |
| 50 | ml | Essig | |
| | | Salz, Pfeffer, Senf und Zucker | |

| | | | |
|-----------|--------------------------|---|---|
| 16 | Magdalena Riebold | | |
| | | Omas Käsepudding mit Kräutersoße | |
| 80 | g | Butter | schaumig rühren |
| 4 | | Eigelb | nach und nach dazugeben |
| 150 | g | Käse | |
| 1/8 | l | Milch | dazugeben |
| 100 | g | Paprika | waschen, klein würfeln, dazugeben |
| 125 | g | Mehl | vermengen und dazu geben |
| 50 | g | Speisestärke | |
| | | Schnittlauch (gewaschen und zerkleinert) Salz und Paprika | abschmecken |
| 4 | | Eiweiß | steif schlagen und unterheben |
| | | | im Wasserbad garen |
| | | Kräutersoße | |
| 50 | g | Zwiebel | schälen, fein würfeln und in |
| 30 | g | Butter | andünsten |
| 30 | g | Mehl | dazugeben und mit |
| je 200 | ml | Schlagsahne und Wasser | ablöschen und aufkochen lassen |
| 30 | g | Kräuter | waschen, hacken und dazugeben |
| 1 | TL | Gemüsebrühe | abschmecken |
| ½ | TL | Salz | |
| je 1 | Msp | Paprika und Pfeffer, Zucker | |
| | | Hühnerfrikassee mit Pasteten | |
| 500 | g | Hähnchenbrustfilet | in Würfel schneiden und anbraten |
| 100 | g | Champignons | putzen, schneiden, dazugeben |
| 40 | g | Mehl | unterrühren und mit |
| ½ | l | Hühnerbrühe | ablöschen |
| | | Salz, Pfeffer, Muskat | abschmecken |
| 250 | g | Spargel (Glas) | abtropfen lassen, würfeln, untergeben |
| 100 | g | Erbsen (Dose) | abtropfen lassen und untergeben |
| 4 | | Pasteten | aufbacken und mit Hühnerfrikassee füllen |
| | | Arme Ritter mit Vanillesoße und frischen Erdbeeren | |
| 1/8 | l | Milch | verquirlen |
| 1 | | Ei | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 15 | g | Zucker | |
| 4 | Scheiben | altbackenes Brot | in der Eiermilch einweichen |
| 4 | EL | Paniermehl | Brot darin wenden |
| 40 | g | Butterschmalz | erhitzen und Brot gold-gelb in einer Pfanne backen |
| | | Vanillesoße | |
| ¼ | l | Milch | aufkochen, einen kleinen Teil zurückbehalten |
| 1 | Pck | V-Zucker | zu der Milch geben und nicht rühren |
| 10 | g | Zucker | |
| 10 | g | Stärkemehl | mit kalter Milch mischen und in die kochende Milch rühren |
| 500 | g | Erdbeeren | waschen, putzen, in Viertel schneiden |

| | | | |
|-----------|-------------------------|---------------------|--------------------------------------|
| 17 | Merle Friedrichs | | |
| | | Kräutercreme | |
| 120 | g | Magerquark | gut verrühren |
| 100 | g | Schmand | |
| 1 | TL | Zucker | |
| ½ | TL | Salz | |
| 3 | Blätter | Basilikum | waschen, zerkleinern und unterrühren |
| 1 | TL | Petersilie | |

| Haferbratlinge | | | |
|------------------------------|------|---------------------------|---|
| 1 | St | Zwiebel | vorbereiten, würfeln |
| 1 | EL | Öl | Zwiebel andünsten, Haferflocken dazu geben, mit Brühe ablöschen, Gewürze hinzufügen und vermengen |
| 75 | g | Haferflocken, kernig | |
| 75 | g | Haferflocken, zart | |
| 400 | ml | Brühe | |
| 1/2 | TL | Salz | |
| jeweils 1 | TL | Senf, Paprika, Curry | |
| 1 | Stck | Ei | |
| 100 | g | Butterkäse | klein schneiden und unterrühren |
| | | | aus der Masse Bratling formen und braten |
| Gedeckter Apfelkuchen | | | |
| 500 | g | Äpfel | schälen, entkernen, klein schneiden |
| 1/2 | TL | Zimt | über die Äpfel geben |
| 100 | g | Quark | Teig herstellen, ausrollen, Rechtecke ausstechen, Äpfel darauf verteilen und eine Hälfte überklappen, Rand mit der Gabel andrücken. Bei 200°C ca. 20-30 Min. backen |
| 4 | EL | Öl | |
| 1 | Stck | Ei | |
| 50 | g | Zucker | |
| je 1/2 | Pä | Vanillezucker, Backpulver | |
| 200 | g | Mehl | |

| 18 | Miriam Müller | | |
|--------------------------------|----------------------|--------------------------|---|
| Lachs-Spinat-Roulade | | | |
| 3 | Stck | Eier | verquirlen, alles zu einer Masse verrühren, auf einem Backblech verstreichen, abbacken |
| 80 | g | geriebener Käse | |
| 150 | g | TK-Blattspinat, gehackt | |
| 1 | EL | Schmand | auf der Spinatplatte verstreichen |
| 1 | Pck | Lachs | auf die Spinatplatte legen |
| | | | einrollen und kalt stellen |
| Mini Marmorkuchen | | | |
| 125 | g | Butter | Rührmasse herstellen |
| 100 | g | Zucker | |
| ½ | Pck | Vanillezucker | |
| 2 | Stck | Eier, L | |
| 175 | g | Mehl | |
| 1 | TL | Backpulver | |
| 30 | ml | Milch | vermischen und die Hälfte des Teiges dunkel färben |
| 1/2 | Pck | Schokoladenpuddingpulver | |
| | | | in gefettete Förmchen geben und backen |
| Gefüllte Ofenkartoffeln | | | |
| 4 | Stck | Kartoffeln | mit Schale kochen, halbieren aushöhlen |
| 1 | Stck | Zwiebel | würfeln |
| 1/2 | Stck | Zucchini | würfeln und mit der Zwiebel anbraten |
| 2 | EL | Schmand | mit der Kartoffelmasse zu der Zucchini-masse geben, salzen, abschmecken, in die Kartoffeln füllen |
| 4 | Stck | kleine Tomaten | vierteln auf die Mischung legen |
| | | Käse, gerieben | überstreuen, alles überbacken |

| 19 | Marleen Krüger | | |
|---------------------------------|-----------------------|-------------------|--|
| Rhabarber-Tassenküchlein | | | |
| 90 | g | Margarine | abwiegen und schaumig rühren |
| 75 | g | Zucker | |
| 1 | TL | Vanillezucker | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 2 | Stck. | Eier | einzelne aufschlagen und unterrühren |
| 175 | g | Mehl | in einer separaten Schale abwiegen, nach und nach unterrühren bis ein haftender Rührteig entsteht. |
| 2 | TL | Backpulver | |
| 2 | EL | Milch | dazugeben und mit dem Rührteig verrühren |
| 125 | g | Rhabarber, frisch | waschen, an den Enden putzen, längs halbieren und in kleine Stücke schneiden mit einem Teigschaber |

| | | | |
|-----|---------|-------------------------------|--|
| | | | unter den Teig heben. Masse in einen Spritzbeutel geben (ohne Tülle), auf 6 Tassen aufteilen und bei 180°C Umluft ca. 20-25 min. abbacken |
| 30 | g | Puderezucker | in ein Haarsieb füllen und Tassenküchlein bestäuben. |
| | | Herzhafte Biskuitrolle | |
| 8 | Stck. | Eier | 3 Eier trennen. 3 Eiweiße mit einer Prise Salz steif schlagen, wegstellen. 3 Eigelb und 5 Eier in einer Rührschüssel schaumig rühren mit |
| | | Salz, Pfeffer | würzen |
| 150 | g | Mehl | in einer separaten Schale abwägen, verrühren, mit dem Handrührgerät unterrühren, Eischnee mit einem Schneebesen unterheben. |
| 3 | TL | Backpulver | |
| 1 | Stck. | Zucchini, frisch | waschen, auf einem Brett hobeln. Zucchini unter die Biskuitmasse heben. Masse auf einem vorbereiteten flachen Backblech verteilen. Für 20 min. bei 180°C abbacken. Nach dem Backen den Teig zu einer Rolle formen. |
| 5 | Tomaten | | 4 Tomaten waschen, entstielen und entkernen, in kleine Würfel schneiden, zur Seite stellen. 1 Tomate vierteln und für die Dekoration in einer separaten Schale zur Seite stellen. |
| 1 | Topf | Basilikum | 10 Basilikumblätter waschen, abtupfen, fein schneiden. 20 Blätter in die Rührschale geben für das Pesto |
| 200 | g | Kräuterfrischkäse | in einer Schale verrühren. Auf die Biskuitrolle streichen. Die 20 Basilikumblätter pürieren |
| 30 | g | Pinienkerne | verrühren und in einer kleinen Schale anrichten. |
| 6 | EL | Öl | |
| 3 | EL | Parmesan | |

| | | | |
|-----------|-------------------|----------------------------------|---|
| 20 | Nora Kruse | | |
| | | Schwarzwälder-Kirschcreme | |
| 320 | ml | Milch | etwas Milch zum Anrühren der Speisstärke zurücklassen. mit etwas Wasser im Topf aufkochen lassen. |
| 25 | g | Speisstärke | mit der zurückgestellten Milch anrühren |
| 30 | g | Zucker | abwiegen. Topf von der Herdplatte nehmen. Speisstärke und Zucker einrühren, aufkochen lassen. |
| 100 | ml | Kirschsafte | zum Kochen bringen |
| 10 | g | Speisstärke | mit etwas Wasser anrühren. Die Speisstärke in die kochende Flüssigkeit geben und aufkochen lassen |
| 10 | Tropfen | Bittermandelaroma | unter den gelierten Kirschsafte geben und abkühlen lassen |
| 100 | g | Kirschen | lassen |
| 8 | Stck. | Landkekse | zerkleinern und auf vier Dessertteller verteilen |
| | | | Die gekühlte Kirschmasse auf die Kekse geben. Die Milchcreme auf die Kirschen geben und mit |
| 50 | g | Schokoraspeln | garnieren |
| | | Pizza-Muffins | |
| 1 | Stck. | Zwiebeln | waschen, fein würfeln |
| 200 | g | Tomaten | waschen, grob würfeln |
| 80 | g | Kassler | fein würfeln |
| | | Rapsöl | erhitzen. Zwiebeln und Kassler darin anbraten. Mit |
| | | Salz, Pfeffer, Knoblauch | würzen, Tomaten hinzugeben. |
| 8 | Blätter | Basilikum | waschen, fein hacken und unterheben. Mit etwas |
| | | Wasser | ablöschen. |
| 2 | Stck | Eier | miteinander verrühren |
| 125 | g | Joghurt | |
| 50 | ml | Rapsöl | |
| 220 | g | Weizenmehl | hinzugeben und verrühren. |
| 1 | Pck. | Backpulver | |
| | | Tomatensoße | hinzugeben bis eine gleichmäßige Masse entsteht. |
| 12 | Stck. | Muffinförmchen | Masse einfüllen. Mit |

| | | | |
|--|-------|-------------------|---|
| 5 | EL | geriebenen Gouda | bestreuen. Bei 190°C Ober-Unterhitze 15-20 Minuten abbacken. |
| Ofenpfannenkuchen mit Gemüsefüllung | | | |
| 1 | Bd | Frühlingszwiebeln | in feine Ringe schneiden |
| 1 | Stck. | rote Paprika | in schmale kleine Streifen schneiden |
| 2 | Stck. | Möhren | grob raspeln |
| 200 | g | Feta | zerbröckeln. Alle Zutaten miteinander vermengen verquirlen. |
| 5 | Stck. | Eier | |
| 1/2 | TL | Salz | |
| 125 | ml | Milch | |
| 125 | g | Mehl | |
| | | | dazugeben und verrühren. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig gleichmäßig auf das Blech verteilen. Mit Gemüse und Feta gleichmäßig bestreuen. |

| | | | |
|--------------------|----------------------|------------------------|--|
| 21 | Regina Ochira | | |
| Pfannkuchen | | | |
| 250 | ml | Milch | miteinander verrühren |
| 2 | Stck. | Eier | |
| 1 | Prise | Salz | |
| 125 | g | Mehl | dazugeben und verrühren. In einer Pfanne von beiden Seiten goldbraun backen |
| 3 | Stck. | Bananen | 2 mal halbieren |
| 20 | g | Butter | in einer Pfanne schmelzen lassen |
| 20 | g | brauner Zucker | zur Butter geben. Bananen in die Pfanne geben und abraten. Bananen in die Pfannkuchen drehen und anrichten |
| 10 | g | Kokosraspel | |
| Hackmuffins | | | |
| 2 | Stck. | Brötchen (Vortag) | einweichen |
| 1 | Stck. | grüne Paprika | in Würfel schneiden |
| 1 | Stck. | Zwiebel | würfeln |
| 1 | kg | Hackfleisch (gemischt) | mit den Zutaten vermengen |
| 2 | Stck. | Eier | hinzugeben und vermengen. Mit |
| | | | Salz, Pfeffer, Worcestersoße |
| | | | abschmecken. |
| 12 | Scheiben | Bacon | In sechs Muffinformen 12 Scheiben Bacon über Kreuz legen. Hackbällchen formen und in die Form legen. 6 Muffinförmchen ohne Bacon abbacken. Bei 200°C ca. 30 Min. abbacken. |
| 1 | Stck. | Tomate | in Scheiben schneiden |
| 125 | g | Mozzarella | in Scheiben schneiden. Auf die fertigen Muffins ohne Bacon die Tomate-Mozzarella legen und für 5 Minuten in der Nachwärme in den Backofen stellen |

Wir danken dem Kultusministerium Niedersachsen für die Förderung des Leistungswettbewerbes der Hauswirtschaft.

Weiterhin danken wir den folgenden Sponsoren für ihre Unterstützung:

ZWIESEL KRISTALLGLAS

