

mein
ZauberTopf



REIS

Die 5 einfallsreichsten Reis-Gerichte aus dem Thermomix®

Rezeptübersicht



Lavendelmilchreis mit Früchten



Kürbisrisotto mit Fontina-Käse



Mit würzigem Reis gefüllte Kohlrabi



Milchreis mit Kirschsoße



Risotto von Brunnenkresse mit pochiertem Ei

Reis

Die 5 einfallreichsten Reis-Gerichte aus dem Thermomix®

Liebe Leserin, lieber Leser,

ob süß oder würzig: Reis ist einfach unglaublich wandelbar und so vielfältig kombinierbar wie kaum ein anderes Produkt!

Als ein Grundnahrungsmittel in beinahe allen Esskulturen weltweit gehört er einfach in jede Küche.

Freut euch auf Lavendelreis, Milchreis und Risotto! Wir holen das Beste aus dem weißen Korn und zeigen euch erprobte und abwechslungsreiche Rezepte exklusiv für den Thermomix®!

Wir wünschen euch viel Spaß beim Nachmischen und Experimentieren in eurer Küche!

Euer „meinZauberTopf“-Team



Lavendelmilchreis mit Früchten

1 | Milch, Wasser, Sahne, Butter, Honig und Salz in den  geben, **9 Min.** | **100°C** | **Stufe 1** aufkochen. Milchreis, Vanilleschote und Lavendel zugeben, **30 Min.** | **90°C** |  | **Stufe 1** ohne Messbecher garen. Milchreis umfüllen, Lavendel und Vanilleschote entfernen, Milchreis quellen lassen. Dann den  spülen.

2 | Die Hälfte der Pfirsiche in den  geben und **1 Min.** | **Stufe 10** pürieren. Die übrigen Pfirsiche in schmale Spalten schneiden. In einer Schüssel die Pfirsichspalten mit den Himbeeren und dem Pfirsichpüree vermischen. Milchreis mit dem Obst anrichten und mit Lavendelblüten bestreut servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **750 g Milch**
- ★ **250 g Wasser**
- ★ **50 g Sahne**
- ★ **15 g Butter**
- ★ **100 g Honig**
- ★ **1 Prise Salz**
- ★ **250 g Milchreis**
- ★ **1 Vanilleschote, längs halbiert**
- ★ **5 Lavendelblütendolden**
- ★ **5 Pfirsiche, halbiert und entsteint**
- ★ **250 g Himbeeren**

PRO PORTION:

576 KCAL | 13 G E | 15 G F | 99 G KH



Kürbisrisotto mit Fontina-Käse

1 | Parmesan in den  geben, **10 Sek.** | **Stufe 10** zerkleinern und umfüllen.  säubern. Kürbis und Zwiebel in den  geben und **6 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Olivenöl und Rosmarinnadeln zugeben und **4 Min.** | **120°C** [TM31 bitte Varoma] | **Stufe 2** dünsten.

2 | Risottoreis zugeben und **3 Min.** | **100°C** |  | **Stufe 1** dünsten. Weißwein zugeben und **5 Sek.** | 

Stufe 2 verrühren. Wasser und Gemüse-Gewürzpaste zugeben und **22 Min.** | **100°C** |  |  garen, dabei den Messbecher nicht aufsetzen.

3 | Butter und den Fontina-Käse mit dem  unterheben. Risotto mit Salz sowie Pfeffer abschmecken und noch etwa 5 Min. ziehen lassen. Auf Tellern anrichten und nach Belieben mit weiterem Parmesan bestreut servieren.



ZUTATEN FÜR 4 Personen

- ★ **40 g Parmesan, in Stücken**
- ★ **350 g Hokkaido-Kürbis, in Stücken**
- ★ **1 Zwiebel, halbiert**
- ★ **50 g natives Olivenöl extra**
- ★ **Nadeln von 2 Zweigen Rosmarin**
- ★ **250 g Risottoreis**
- ★ **100 g trockener Weißwein**
- ★ **650 g Wasser**
- ★ **2 TL Gemüse-Gewürzpaste**
- ★ **20 g Butter**
- ★ **60 g Fontina-Käse, in Stücken**
- ★ **Salz**
- ★ **frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

PRO PORTION:

514 KCAL | 13 G E | 25 G F | 57 G KH



Foto: Tina Bumann

Mit würzigem Reis gefüllte Kohlrabi

1 | Gouda in den  geben, **5 Sek.** | **Stufe 6** zerkleinern, umfüllen.

Kohlrabi schälen, aushöhlen, dabei 1 cm Wand stehen lassen. Wasser und Gemüse-Gewürzpaste in den  geben. Reis in den Gareinsatz füllen. Kohlrabi auf den Einlegeboden des Varomas setzen, alles **20 Min.** | **Varoma** | **Stufe 1** garen.

2 | Inzwischen das ausgehölte Innere der Kohlrabi grob hacken, Frühlingszwiebeln in grobe Stücke schneiden, Petersilie waschen und trocknen. Varoma zur Seite stellen, Gareinsatz mit dem  herausnehmen.  leeren, Garflüssigkeit dabei auffangen. Kohlrabi, Nüsse und Frühlingszwiebeln in den  geben,

4 Sek. | **Stufe 4,5** zerkleinern, mit dem  nach unten schieben. Butter zugeben und **2 Min.** | **100°C** | **Stufe 1** dünsten. Reis, zwei Drittel des Käses, Petersilie zugeben, **5 Sek.** |  | **Stufe 2** mischen. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

3 | Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mischung in die Kohlrabi füllen, Brühe in den  geben und **15 Min.** | **Varoma** | **Stufe 1** garen. Kohlrabi in eine gefettete Auflaufform geben, mit restlichem Käse bestreuen, etwa 15 Min. im Ofen überbacken. Herausnehmen und mit restlicher Petersilie garniert servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **150 g Gouda, in Stücken**
- ★ **4 Kohlrabi (à ca. 400 g)**
- ★ **1200 g Wasser**
- ★ **2 TL Gemüse-Gewürzpaste**
- ★ **100 g Langkornreis**
- ★ **1 Bund Frühlingszwiebeln**
- ★ **Blättchen von 1 Bund glatte Petersilie zzgl. etwas mehr zum Garnieren**
- ★ **60 g gemischte Nusskerne**
- ★ **30 g Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten der Form**
- ★ **1 Prise Salz**
- ★ **2 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**
- ★ **1 TL edelsüßes Paprikapulver**

PRO PORTION:

485 KCAL | 18 G E | 29 G F | 41 G KH



Milchreis mit Kirschoße

1 | Garkorb in den  einhängen, Kirschen mit Saft einfüllen. Der Saft landet dabei im . Garkorb mit den Kirschen aus dem  nehmen und auf einen Teller beiseitestellen.

2 | Den Zitronensaft mit der Stärke und 10 g Zucker in den  zu dem Kirschsafft geben, **10 Sek.** | **Stufe 7** vermengen. Nun die Saftmischung **5 Min.** | **100°C** | **Stufe 2** aufkochen. Kirschen zugeben und weitere **2 Min.** |

100°C |  | **Stufe 1** weiterkochen. Die Kirschoße umfüllen und anschließend den  gut spülen.

3 | Den Milchreis mit dem übrigen Zucker, dem Vanillezucker und der Milch in den  geben, **35 Min.** | **90°C** |  | **Stufe 1** ohne Messbecher garen. Dann etwa 10 Min. quellen lassen. Den Milchreis in eine Schüssel umfüllen und den Quark unterheben. Milchreis mit der Kirschoße servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **1 Glas Kirschen**
- ★ **1 Spritzer Zitronensaft**
- ★ **15 g Stärke**
- ★ **70 g Zucker**
- ★ **1200 g Milch**
- ★ **1 TL selbst gemachter Vanillezucker**
- ★ **300 g Milchreis**
- ★ **100 g Sahnequark**

PRO PORTION:

770 KCAL | 19 G E | 15 G F | 136 G KH



Risotto von Brunnenkresse mit pochiertem Ei

1 | Den Parmesan in den  geben und **10 Sek.** | **Stufe 10** zerkleinern, umfüllen. Ein Drittel der Brunnenkresse zur Seite legen. Den Rest in den  geben und **3 Sek.** | **Stufe 8** zerkleinern, umfüllen. Schalotte und die Knoblauchzehe in den  geben, **5 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben. Die Butter hinzufügen und **3 Min.** | **120°C [TM31 bitte Varoma]** | **Stufe 1** dünsten. Den Risottoreis hinzufügen und weitere **3 Min.** | **120°C** |  | **Stufe 1** andünsten. Den Wein zu dem Reis in den  geben und **2 Min.** | **100°C** |  | **Stufe 1** ablöschen. 750 g Wasser, die Gewürzpaste sowie die Brunnenkresse hinzufügen und alles mit dem  kurz durchrühren. Reis **20 Min.** | **100°C** |  |  ohne Messbecher garen.

2 | Inzwischen einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Essig und $\frac{1}{2}$ TL Salz in das kochende Wasser geben. Mit einem Holzlöffel einen starken Strudel erzeugen und ein Ei in das siedende Wasser gleiten lassen. Etwa 4 Min. darin ziehen lassen. Mit den restlichen Eiern ebenso verfahren.

3 | Das Risotto umfüllen und die restliche Brunnenkresse zusammen mit dem Parmesan unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Limettensaft abschmecken. Die Eier mit einem Schaumlöffel vorsichtig aus dem Wasser heben, etwas abtropfen lassen und auf dem Risotto anrichten. Eier mit Salz und Pfeffer bestreuen und das Risotto mit etwas Parmesan garniert servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **80 g Parmesan, in Stücken zzgl. etwas mehr zum Garnieren**
- ★ **Blättchen von 1 Bund Brunnenkresse**
- ★ **1 Schalotte, geschält**
- ★ **1 Knoblauchzehe**
- ★ **50 g Butter, in Stücken**
- ★ **300 g Risottoreis**
- ★ **100 g trockener Weißwein**
- ★ **750 g Wasser**
- ★ **1-2 TL Gemüse-Gewürzpaste**
- ★ **2 EL Essig**
- ★ **Salz**
- ★ **4 Eier**
- ★ **frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**
- ★ **etwas Limettensaft**

PRO PORTION:

243 KCAL | 9 G E | 10 G F | 27 G KH

Verlag

falkemedia GmbH & Co. KG
An der Halle 400 #1, 24143 Kiel
Tel. +49 (0)431 / 200 766-0,
Fax +49 (0)431 / 200 766-50
E-Mail: info@zaubertopf.de
www.zaubertopf.de

Herausgeber

Kassian Alexander Goukassian (v. i. S. d. P.)

Redaktion

Vivien Koitka, Jenifer Wohlers, Katrin Burmeister

Fotografen

Ira Leoni, Tina Bumann, Kathrin Knoll, Nicky & Max

Grafik und Bildbearbeitung

Mareike Hansen

Urheberrecht

Alle hier veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Reproduktionen jeglicher Art sind nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.

Veröffentlichungen

Sämtliche Veröffentlichungen in diesen E-Books erfolgen ohne Berücksichtigung eines eventuellen Patentschutzes. Warennamen werden ohne Gewährleistung einer freien Verwendung benutzt.

Haftungsausschluss

Für Fehler im Text, in Schaltbildern, Aufbauskizzen usw., die zum Nichtfunktionieren führen, wird keine Haftung übernommen.

Datenschutz

Jürgen Koch (datenschutzanfrage@falkemedia.de)
falkemedia GmbH & Co. KG, Abt. Datenschutz,
An der Halle 400 #1, 24143 Kiel

Bei falkemedia erscheinen außerdem die Publikationen
sweet paul, LandGenuss, Mein LandRezept, So is(s)t Italien,
Mac Life, BEAT, DigitalPHOTO, BÜCHER und KIELerLEBEN.
© falkemedia, 2018 | www.falkemedia.de | ISSN 2510-392X