

mein
ZauberTopf



SOMMERKÜCHE

Die 5 schnellsten und leckersten Rezepte aus dem Thermomix®

Rezeptübersicht



Ciabatta mit Rucola-Tomaten-Salat



Crème-Fraîche-Tarte mit Erdbeersoße



Melonensalat mit Walnüssen



Sommerrollen mit Erdnussoße



Veggie-Cracker mit Sommerdip

Sommerküche

Die 5 schnellsten und leckersten Rezepte aus dem Thermomix®

Liebe Leserin, lieber Leser,

auch wenn die sommerlichen Temperaturen noch auf sich warten lassen, wollen wir euch schon jetzt einen Vorgeschmack auf die kommenden Monate geben und euch mit unseren leckersten Sommer-Kreationen inspirieren.

Denn es gibt doch kaum etwas Schöneres, als sich nach dem Feierabend auf die Terrasse oder den Balkon zu setzen und ein herrlich frisches Abendessen zu genießen.

Wir zeigen euch auf den nächsten Seiten himmlische Sommerrollen mit Erdnussoße, einen erfrischenden Melonensalat mit Walnüssen und eine cremige Tarte mit süßer Erdbeersoße.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Mixen und Experimentieren in der Küche.

Euer „meinZauberTopf“-Team



Ciabatta mit Rucola-Tomaten-Salat

1 Tomaten und Oliven in den  geben und **5 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben. Mehl, 1 TL Salz, Wasser, Hefe und Zucker in den  zugeben und **3 Min.** |  kneten.

2 Teig in eine Schüssel umfüllen und abgedeckt gehen lassen, bis sich die Menge ungefähr verdoppelt hat. Den  spülen.

3 Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen. Den relativ flüssigen Teig auf das Backblech geben, mit etwas Mehl bestäuben und zum Ciabatta formen. Wenn der Teig zu sehr verläuft, aus Alufolie zwei Rollen formen und unter das Backpapier legen. Damit das Ciabatta an den Längsseiten stützen.

4 Im vorgeheizten Ofen etwa 25 Min. backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

5 Rucola waschen, trocken schütteln und in eine Schüssel füllen. Tomaten auf den Rucola geben. Öl, Balsamico, restliches Salz und Pfeffer in den  geben und 30 Sek. | Stufe 6 vermischen.

6 Das Dressing über den Salat gießen und den Parmesan darüberhobeln. Salat auf Tellern anrichten und mit dem Ciabatta servieren.



zzgl.
1 Std.
Ruhezeit

ZUTATEN FÜR 4 Personen

- ★ **80 g getrocknete Tomaten in Öl, abgetropft**
- ★ **80 g schwarze Oliven, entsteint**
- ★ **500 g Mehl Type 550 zzgl. etwas mehr zum Bearbeiten**
- ★ **1½ TL Salz**
- ★ **400 g Wasser**
- ★ **20 g Hefe**
- ★ **1 TL Zucker**
- ★ **400 g Rucola, grob gezupft**
- ★ **250 g Kirschtomaten, halbiert**
- ★ **60 g natives Olivenöl extra**
- ★ **55 g heller Balsamico-essig**
- ★ **3 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**
- ★ **60 g Parmesan**

PRO PORTION:

804 KCAL | 23 G E | 3 G F | 111 G KH



Crème-Fraîche-Tarte mit Erdbeersoße

1 | Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tarteform fetten. Mehl, Butter, Zucker, Wasser und Salz in den  geben. **15 Sek. | Stufe 7** kneten, den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 15 Min. im Kühlschrank ruhen lassen.  spülen.

2 | Nach der Kühlzeit den Teig in die vorbereitete Tarteform drücken und mit einer Gabel mehrfach Löcher hineinstechen.

3 | Für die Creme den Zucker und die Zitronenschale in den  geben und **20 Sek. | Stufe 10** pulverisieren, mit dem  nach unten schieben. Nun 100 g Erdbeeren zugeben und weitere **10 Sek. | Stufe 10** zerkleinern,

mit dem  nach unten schieben. Creme fraîche, Magerquark, Zitronensaft, Ei, Stärke und Vanillezucker zugeben und **20 Sek. | Stufe 3** vermengen. Die Masse auf dem Boden verteilen und den Kuchen 35–40 Min. im vorgeheizten Ofen backen. Aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.

3 | Vor dem Servieren die Soße zubereiten: 200 g Erdbeeren und den Zucker in den  geben und **10 Sek. | Stufe 10** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben, dann **3 Min. | 50°C | Stufe 2** vermengen, evt. noch einmal **5 Sek. | Stufe 4** vermischen und dann über die Tarte geben.



ZUTATEN FÜR **12 Stücke**

FÜR DEN MÜRBETEIG

- ★ **100 g Butter, in Stücken, zzgl. etwas mehr zum Fetten der Form**
- ★ **250 g Mehl Type 405**
- ★ **30 g Zucker**
- ★ **65 g kaltes Wasser**
- ★ **1 Prise Salz**

FÜR DIE CREME

- ★ **70 g Zucker**
- ★ **Abrieb von ½ unbehandelten Zitrone**
- ★ **100 g Erdbeeren (TK)**
- ★ **100 g Crème fraîche**
- ★ **300 g Magerquark**
- ★ **20 g Zitronensaft**
- ★ **1 Ei**
- ★ **20 g Stärke**
- ★ **30 g selbst gemachter Vanillezucker**

FÜR DIE SOSSE

- ★ **200 g Erdbeeren (TK)**
- ★ **20 g Zucker**

PRO STÜCK:

254 KCAL | 4.6 G E | 12 G F | 30 G KH



Melonensalat mit Walnüssen

1 | Den Backofen auf 160°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Walnüsse mit dem Honig und dem Zucker in den  geben, **20 Sek.** |  | **Stufe 2** vermischen.

2 | Anschließend die Walnussmischung auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, gut verteilen und im vorgeheizten Ofen 10 Min. karamellisieren lassen.

3 | In der Zwischenzeit die Melonstücke auf vier Schalen verteilen.

4 | Karamellisierte Walnüsse aus dem Ofen nehmen und etwas auskühlen lassen. Anschließend grob zerbrechen und zusammen mit den Melonen anrichten.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **100 g Walnusskerne**
- ★ **30 g Honig**
- ★ **20 g Zucker**
- ★ **700 g Honigmelone, in Stücken**

PRO PORTION:

324 KCAL | 6 G E | 18 G F | 36 G KH



Sommerrollen mit Erdnusssoße

1 | Erdnüsse in den  geben, **1 Min. | Stufe 10** mithilfe des  mahlen. Dann mit dem  nach unten schieben. Sambal, Honig, Curry und Kokosmilch zugeben, **5 Sek. | Stufe 5** vermengen. **6 Min. | 90°C | Stufe 3** aufkochen, umfüllen.  spülen.

2 | Ingwer in den  geben und **5 Sek. | Stufe 5** zerkleinern, mit dem  nach unten schieben. Sesamöl zugeben und **3 Min. | 120°C [TM31 bitte Varoma]** | **Stufe 1** dünsten.

3 | Bambussprossen, Paprika, Karotte, Zucker und Sojasoße

zugeben, **5 Min. | 120°C [TM31 bitte Varoma]** |  garen. Reispapier kurz unter fließendes Wasser halten.

4 | Gemüse, Gurke und Avocado auf den Reisblättern verteilen, dabei einen Rand lassen. Papier an beiden Seiten sowie unten einschlagen, aufrollen. Auf den Einlegeboden des Varoma legen. Wasser in den  geben, Varoma mit Einlegeboden aufsetzen, **8 Min. | Varoma | Stufe 2** erwärmen. Mit Erdnusssoße servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **200 g Erdnüsse, gesalzen und geröstet**
- ★ **1 TL Sambal oelek**
- ★ **1 TL Honig**
- ★ **1 TL Currypulver**
- ★ **250 g Kokosmilch**
- ★ **1 Stück Ingwer (etwa walnussgroß)**
- ★ **20 g Sesamöl**
- ★ **60 g Bambussprossen (Glas)**
- ★ **1 gelbe Paprikaschote, in dünnen Streifen**
- ★ **1 kleine Karotte, in dünnen Streifen**
- ★ **10 g Zucker**
- ★ **15 g Sojasoße**
- ★ **½ Gurke entkernt, in dünnen Streifen**
- ★ **½ Avocado, in dünnen Streifen**
- ★ **8 kleine Blätter Reispapier**
- ★ **500 g Wasser**

PRO PORTION:

492 KCAL | 17 G E | 35 G F | 27 G KH



Foto: Mike Hofstetter

Veggie-Cracker mit Sommerdip

1 | Edamer in den  geben, **7 Sek. | Stufe 5** zerkleinern und umfüllen. Zucchini in den  geben und **3 Sek. | Stufe 5** zerkleinern. Mit ½ TL Salz bestreuen und 5 Min. Wasser ziehen lassen. Anschließend in ein Sieb geben und gründlich ausdrücken.

2 | 20 g Butter in den  geben und **1 Min. | 70°C | Stufe 1** erhitzen. Zucchini dazugeben, **3 Min. | 100°C | Stufe 1** dünsten. ¼ TL Salz und 1 Prise Pfeffer dazugeben, dann **20 Sek. | Stufe 6** pürieren. Zwischendurch mit dem  nach unten schieben.

3 | Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Edamer, Mehl und die übrige Butter zum Zucchinipüree geben und alles **2 Min. |**  miteinander verkneten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Zuerst in ca. 6 x 6 cm große Quadrate, dann in Dreiecke schneiden. Diese auf mit Backpapier belegte Bleche

setzen. Nacheinander im Ofen etwa 10 Min. backen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.  spülen.

4 | Petersilie und Kapern in den  geben und **3 Sek. | Stufe 8** zerkleinern. Limettenschale und -saft, Frischkäse, ½ TL Salz, 1 Prise Pfeffer sowie Zucker dazugeben und den Dip **10 Sek. | Stufe 3** verrühren. Zucchini-Käsecracker mit dem Dip servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **200 g Edamer, in Stücken**
- ★ **1 kleine Zucchini, in Stücken**
- ★ **Salz**
- ★ **150 g Butter, in Stücken**
- ★ **frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**
- ★ **200 g Mehl Type 405**
- ★ **½ Bund Petersilie**
- ★ **1 TL Kapern**
- ★ **Abrieb und Saft von ½ unbehandelten Limette**
- ★ **200 g Frischkäse**
- ★ **1 Prise Zucker**

PRO PORTION:

696 KCAL | 24 G E | 49 G F | 40 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, Charlotte Marx

Fotografen

Alexandra Panella, Nicole Stroschein, Tina Bumann, Mike Hofstetter

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