

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Glasnudelsalat

- 1 kg gewürfeltes Fleisch in Öl anbraten,
1 kg Zwiebeln abziehen, fein würfeln, zum Fleisch geben und gar dünsten.
Anschließend warmstellen.
- 1 kg Paprika in feine Streifen schneiden
2-3 Möhren und
1 kg Kohlrabi schälen, raspeln und anbraten. Mit
Cayennepfeffer,
Salz,
Knoblauch und
rotem Pfeffer würzen.
- ½ kg Glasnudeln in kaltem Wasser ca. 10 min. weichen lassen.
Nudeln abseihen und für 1-2 min. mit kochendem Wasser
begießen.
- 1 EL Tomatenmark Zum Schluss das Fleisch mit dem Gemüse,
und den Nudeln gut vermengen.
Als Beilage kann man Kartoffeln servieren.

Guten Appetit

wünscht

Lisa Görzen – Klasse 9b



Krebli

30.03.2020



Zubereitung für 8 Personen

600 g Mehl
2 Eier
250 g Naturjoghurt
250 g Schmand
3 EL Zucker
1 TL Salz

In eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. Der Teig sollte nicht zu fest werden und an den Händen kleben bleiben. Die Schüssel mit dem Teig abdecken und bei Zimmertemperatur 30 min ruhen lassen.

Die Arbeitsfläche bemehlen und den Teig ausrollen, so dass er 5 - 6 mm dick ist (nicht den ganzen Teig auf einmal). Dabei den Teig mehrmals drehen und immer wieder mit Mehl bestäuben, so dass er nicht anklebt.

Anschließend den Teig in ca. 5 cm breite Streifen schneiden und die Streifen in ca. 5 cm breite Stücke unterteilen, so dass eine Route entsteht.

Die Randstücke können dabei problemlos auch mitverwendet werden, es ist nicht schlimm, wenn die Rauten Form nicht immer optimal getroffen wird.

In die Teigraute auf dem oberen Drittel längs ca. 2 cm einschneiden und dann die untere Ecke durch das Loch stecken und die beiden Enden vorsichtig auseinander ziehen. So erhalten die Krebli ihre typische Form.

Die Krebli anschließend kurz frittieren, so dass sie von beiden Seiten goldbraun sind. Vor dem Servieren mit Puderzucker bestäuben.

Guten Appetit!

MEIN LIEBLINGSREZEPT

KLASSISCHE SPAGHETTI BOLOGNESE

Zutaten:

500 g	Spaghetti
1 Prise	Salz
2 Stück	Zwiebeln
8 Stück	Karotten
3 Zehen	Knoblauch
2 TL	Tomatenmark
3 TL	Olivenöl
1 kg	Hackfleisch halb und halb
1500 ml	stückige Tomaten und passierte Tomaten (Konserve oder Tetra Pack)



Zubereitung

- 1 Spaghetti nach Packungsanweisung in Salzwasser garen
- 2 Zwiebeln und Karotten in kleine Würfel schneiden
- 3 Knoblauch pressen
- 4 Öl in einer großen Pfanne erhitzen
- 5 Hackfleisch hinzugeben, würzen und ca. 5 Minuten krümelig anbraten
- 6 Zwiebeln, Karotten und Knoblauch dazugeben
- 7 Unter Rühren 5 Minuten anbraten
- 8 Tomatenmark dazugeben
- 9 Tomaten stücke und passierte Tomaten einrühren
- 10 Hitze reduzieren und 10 Minuten (oder besser noch länger) köcheln lassen
- 11 Sauce über die Spaghetti geben

Guten Appetit

wünscht

LOUIS LÖMKER – Klasse 9a

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Blumenkohl mit Hackhaube

Backofen auf 175 Grad vorheizen.

1 Blumenkohl	5 Minuten vorkochen
etwas Margarine	in einer runden Backform einfetten. Blumenkohl in die Backform geben.
600 g Hackfleisch	
60 g Mehl	Hackfleisch, Mehl, Eier, geriebene
2 Eier	Zwiebel, Salz, Pfeffer vermengen
1 geriebene Zwiebel	und auf den etwas abgekühlten
1 Prise Salz	Blumenkohl als Haube legen.
1 Msp. Pfeffer	Ein paar Margarineflocken darüber geben.
	In den Backofen schieben und ca.50 Min. backen.

Für ca.4 Personen

Zubereitungszeit: ca. 90 Min.

Tipp: Dazu passen gut Salzkartoffeln mit Soße Hollandaise.

Guten Appetit

wünscht

Ron Görzen – Klasse 8b

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Schichtsalat

Chinakohl	waschen und in kleine Stücke schneiden
1 Paprika	waschen und in kleine Stücke schneiden
1 Mais	abtropfen lassen

Alles nach und nach geordnet in eine Schüssel geben.

Miracel Whip	Hälfte aus dem Glas
2-3 Tomaten	waschen und in kleine Stücke schneiden
1 p. Kochschinken geben	auf die gewaschenen Tomaten in die Schüssel
4-5 Eier hinzugeben	nur das weiße vom Ei in die Schüssel mit
Miracel Whip	die zweite Hälfte auf den Salat geben
Gelbe vom Ei	auf den fertigen Salat draufstreuen

Salat servieren und schmecken lassen!

Guten Appetit

wünscht

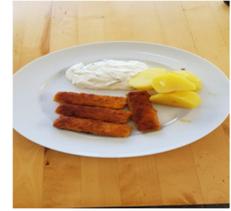
Angelina Neufeld – Klasse 9b

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Fischstäbchen mit Salzkartoffeln, Gurkenquark und Möhrensalat

Zutaten:

eine Packung Fischstäbchen, Pflanzenöl
800 g Kartoffeln
1kg Möhren
eine halbe Salatgurke
500g Quark
ein Schuss Sahne, ein Schuss Milch, eine Zitrone, Salz, Pfeffer, Zucker



Die Kartoffeln schälen und waschen. Anschließend die Kartoffeln in einen Kochtopf geben mit Wasser auffüllen, einen Teelöffel Salz dazugeben und aufkochen lassen. Ca. 20 Minuten bei mittlerer Hitze garkochen.

Den Quark mit einem Schuss Milch, Salz und Pfeffer glattrühren. Die gewaschene Gurke sehr klein schneiden und untermengen.

Die Möhren waschen und mit einer Reibe klein raffeln. Eine Marinade aus dem Saft einer halben Zitrone, ein Schuss Sahne, Salz, Pfeffer und Zucker herstellen. Die geraffelten Möhren dazugeben und gut untermengen.

Eine Pfanne mit Öl erhitzen und die Fischstäbchen von beiden Seiten knusprig braten.



Guten Appetit

wünscht

Mika Seewald – Klasse 9b

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Hähnchengeschnetzeltes mit Reis

- 5 Tassen Wasser zum Kochen bringen.
1 TL Salz ins Wasser dazugeben.
2 Tassen Reis ins kochende Wasser geben.

500 g Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden.
Zuerst das Hähnchenfleisch anbraten, dann mit
Salz, Pfeffer und Majoran würzen.

- 3 Lauchzwiebeln klein schneiden dazugeben.
100 ml Sahne
200 ml Wasser
1 ½ EL Mehl
1 TL Gemüsebrühe vermischen.

Dann zu dem Fleisch dazugeben und 10 min köcheln
lassen.

Guten Appetit

wünscht

Lukas Iwertowski – Klasse 8a

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Kaiserschmarrn

Zutaten:

4 Eier, 250 g Mehl, 50 g Margarine, 250 ml Milch, 1 Pr. Salz, 100 g Margarine, 2 EL Puderzucker

Zubereitung:

4 Eier trennen. Das Eiweiß in einem hohen Becher steifschlagen. Die Eigelbe mit dem Mehl, 50 g Margarine, der Milch und dem Salz in einer Rührschüssel verrühren. Zuletzt Eischnee unterheben.

100 g Margarine in einer Pfanne erhitzen und den Teig langsam einfließen lassen. Teig mit einem Pfannenwender in kleine Stücke zerreißen und leicht anbräunen.

Kaiserschmarrn auf Tellern anrichten, mit Puderzucker bestäuben und servieren.

Guten Appetit und viel Spaß beim Nachmachen

wünscht

Angelina Bese – Klasse 8b



MEIN LIEBLINGSREZEPT

Königsberger Klopse

4Portionen

Zutaten:

1 kg Rinderhack
3 Zwiebeln
3-4 Teelöffel Rinderbrühe (Instant)
1,5 Handvoll Semmelbrösel
1 Tasse Mehl
60 g Butter
1-2 Gläser Kapern
Pfeffer, Salz, Cayenne-Pfeffer

500 g Kartoffeln
2 Gläser Rote Beete



Zubereitung:

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Mit dem Rinderhack, etwas Pfeffer, Salz, Cayenne-Pfeffer und den Semmelbröseln gut vermengen / durchkneten. Anschließend zu Klößen formen.

In der Zwischenzeit ca. 1,5 Liter Rinderbrühe aufkochen lassen und die Klöße darin garen. Fertig sind diese, wenn alle Klöße oben schwimmen.

Klöße heraus nehmen und die Brühe durch ein Sieb gießen und für die Soße aufbewahren.

Nun Butter im Topf schmelzen lassen und mit Mehl verrühren.

Um die Soße zu binden, den Topf vom Herd nehmen und die Rinderbrühe langsam und unter ständigem Rühren zu einer Soße verquirlen. Abschmecken mit Kapern, Salz, Pfeffer - je nach Geschmack. Klöße rein und bei kleiner Hitze köcheln lassen. Vorsichtig rühren. Kartoffeln kochen und rote Beete abtropfen lassen.

Zum Schluss wird es auf einen Teller angerichtet.

Guten Appetit

Sara Maiworm

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Pfannkuchen

4 Eier mit

200 g Mehl

400 ml Milch

1 Pr. Salz

1 EL Zucker verrühren.

Teig 20 Minuten stehen lassen.

Eine flache Pfanne mit etwas Öl einfetten und erhitzen.

Etwas Teig in die Pfanne geben, so dass der Boden dünn bedeckt ist.

Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten bis zum gewünschten
Bräunungsgrad abbacken.

Restlichen Teig ebenso abbacken.

Pfannkuchen servieren.

Guten Appetit

Wünscht

Angeline Klassen – Klasse 8b

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Windbeutel mit Fruchtfüllung

Zutaten für den Brandteig:

60g Butter mit
250ml Wasser und
1 pr. Salz aufkochen lassen.

200g Mehl in einem Schwung dazu geben und 2-3 min unter
ständigem Rühren abbrennen lassen bis sich auf dem Boden
des Topfes ein weißer Belag bildet.

Die Brandteigmasse in einer Schüssel mit
3 Eiern verrühren bis eine homogene Masse entsteht, sie glänzt und
Spitzen zieht (falls der Teig zu fest sein sollte einfach noch
ein Ei dazugeben).

Die Masse in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und mittelgroße Häufchen
auf ein Backpapier spritzen. Die Windbeutel mit etwas Wasser bestreichen und
bei 200° Ober/Unterhitze für etwa 20 min backen lassen während dem backen
die Backofentür auf keinen Fall öffnen denn dann fallen die Windbeutel wieder
in sich zusammen.

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Zutaten für die Beerensahne:

200 g Beeren mit

50g Gelierzucker aufkochen lassen bis fast keine Flüssigkeit mehr im Topf ist.

Dann mit einem Stabmixer zerkleinern und abkühlen lassen.

400g Sahne steif schlagen.

200g Frischkäse mit etwas

Vanillezucker verrühren.

Die Beeren mit dem Frischkäse vermengen, nach und nach die Sahne unterheben und kurz kalt stellen.

Die Windbeutel einmal waagrecht durchschneiden und mit einer Sternentülle in einem Spritzbeutel befüllen. Mit etwas Puderzucker bestreuen und hübsch servieren.

Guten Appetit

wünscht

Esther Esau – Klasse 10a

MEIN LIEBLINGSREZEPT

Omas Milchreis

1 l Milch
70 g Zucker und
1 P. Vanillezucker

250 g Rundkornreis

im Topf zum Kochen bringen. Dann

hinzufügen.

Unter ständigem Rühren bei mittlerer bis niedriger Hitze 30 Minuten köcheln lassen.

Wenn die gewünschte Konsistenz da ist, den Kochtopf von der Herdplatte nehmen.

Man kann den Milchreis warm und kalt essen.

Nach Belieben mit Zimt-Zucker-Gemisch bestreuen oder mit

oder servieren.

Apfelmus
Früchtekompott

Guten Appetit

wünscht

Charlotte Grätz – Klasse 10a



Erikasuppe

Arbeitsgeräte: Abfallschüssel, Ordnungsteller,¹
Schneidebrett, Schneidemesser, Esslöffel,
Kochtopf, Kochlöffel

Zutaten:

- 500g.Gehacktes
 - 2gr.Zwieblen
 - Salz, Pfeffer
 - 2 rote Paprika
 - 2 gelbe Paprika
 - 1 Dose Mais
 - 1 kl. Dose Kidneybohnen
 - 1 kl. Dose Pilze
 - 750 ml Brühe
 - 1 Glas Zigeunersoße
 - 200ml Sahne
-

- Evtl. Tabasco

Zubereitung:

1. Die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden.
2. Die Paprika waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden.
3. Das Gehacktes und die Zwiebeln in einen Topf geben und scharf anbraten.
4. Nach und nach die Brühe und die Paprika dazugeben.
5. Das ganze ca. 20 Minuten köcheln lassen.
6. Zum Schluss die restlichen Zutaten hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, evtl. Tabasco abschmecken.

GUTEN APPETIT



von Sophie Meier