

# Kochstudio 25.10.2012

## Was du heute kannst besorgen....

Unsere Rezeptideen für Sie:

Apfelpizza

Apfel-Tomaten-Bruschetta

Apfel-Tomaten-Kartoffeltopf

Porreesuppe mit Apfel

Rucola mit Apfel

Apfel-Crumble



Weitere Rezeptideen finden Sie auch im Internet unter  
[www.swk.de](http://www.swk.de) >Freizeit & Familie >mehr Info>Kochen mit SWK

# Apfelpizza

280 g	Weizen	in einer Mühle fein mahlen, in eine Schüssel geben
2 TL	Backpulver	hinzufügen und mit dem Mehl mischen.
½ TL	Salz	
1 Prise	Pfeffer	
½ TL	Majoran getr.	dazugeben und unter das Mehl mischen.
1	Ei	
250 ml	Milch	und
70 ml	Öl	dazugeben und mit den Knethaken zu einem glatten Teig verkneten.
1	Backblech	kalt abspülen, nicht abtrocknen und mit Backpapier belegen.

## Für den Teig:

Den Teig auf dem Backpapier ausrollen.

Den Teig auf dem Backpapier ausrollen.

## Für den Belag:

2	Chicorée	waschen, den bitteren Kern entfernen, der Länge nach halbieren und quer in feine Streifen schneiden.
2	Tomaten	waschen, den harten Strunk entfernen. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden.
1 rote	Paprika	waschen, halbieren, das Gehäuse heraus-schneiden, die Hälften in lange Streifen und dann in Würfel schneiden.

## Den Backofen auf 160° C Umluft vorheizen

150 g	Gauda	reiben oder
150 g	Mozzarella	in Scheiben schneiden.
		Den Teig mit den Zutaten belegen, mit dem Käse abschließen und 25-30 Min backen.
150 g	Frühlingszwiebeln	waschen und in feine Ringe schneiden.
		Die Pizza aus dem Ofen nehmen mit Frühlingszwiebeln bestreuen und sofort servieren.

# Apfel-Tomaten-Bruschetta

- 500g Tomaten waschen, den harten Strunk entfernen.  
Die Tomaten in kleine Würfel schneiden.
- 2 Schalotten häuten und in kleine Würfel schneiden.
- 1 säuerlichen Apfel waschen, halbieren, vierteln, das  
Kerngehäuse entfernen und  
in kleine Würfel schneiden.
- Bruschetta mit
- ½ TL Salz und
- ¼ TL Pfeffer würzen.
- Etwas durchziehen lassen und mit
- 3 EL Olivenöl auffüllen.
- 1 Ciabattabrot in Scheiben schneiden,  
auf ein Rost legen,  
in den kalten Backofen schieben  
und 12 Min backen.
- Das Bruschetta auf das geröstete Brot  
streichen und servieren.

# Apfel-Tomaten-Kartoffeltopf

500 g	Kartoffeln mehlig kochend	waschen, schälen und in ca. 1 ½ große Würfel schneiden.
1	Zwiebel	in feine Würfel schneiden.
2	Knoblauchzehen	Pellen und in feine Würfel schneiden.
500	Tomaten	waschen, den harten Strunk entfernen. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden.
3	Äpfel leicht mürbe	waschen, halbieren, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 ½ cm große Würfel schneiden.
1 EL	Olivenöl	in einem Topf erhitzen. Zwiebeln darin anbraten. Kartoffelwürfel und Knoblauch dazu geben und kurz mitbraten. Tomaten und hinzugeben
3 Zweige	Thymian	
3 Zweige	Rosmarien	
500 ml	Wasser	und
1 EL	Brühe	hinzufügen, den Deckel schließen, die Hitze reduzieren und alles 10 Min köcheln lassen.
		Die Äpfel hinzufügen und weitere 5 Min köcheln lassen.
	Salz Pfeffer	Das fertige Gericht mit etwas und abschmecken.
		Die Kräuterzweige vor dem Servieren entfernen.

# Porreesuppe mit Apfel

600 g	Porree		
2	mittelgroße Stangen		die Wurzel und ca. 5 cm vom Grün abschneiden. Die Stangen in 3 Teile schneiden, die Stücke an den Seiten einschneiden und unter fließendem Wasser den Sand heraus waschen. Die Porreestangen in dünne Ringe schneiden und zur Seite stellen.
400 g	Kartoffeln		waschen, schälen und in ca. 1 ½ große Würfel schneiden.
300 g	mehlig kochend säuerliche Äpfel		waschen, halbieren, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 ½ cm große Würfel schneiden.
2 EL	Öl		in einem Kochtopf erhitzen und die Porreeringe darin anbraten. Kartoffel und Apfelwürfel dazugeben und kurz mitbraten.
125 ml	Apfelwein		Mit ablöschen. Dazu den Deckel auf den Topf legen einen Spalt öffnen und den Wein durch den Spalt gießen.
1 L	Wasser		dazugießen und die Suppe mit
2 EL	Gemüsebrühe		
1 TL	Salz		
½ TL	Pfeffer		
1 Prise	Zucker		würzen. Den Deckel auflegen, die Herdplatte auf niedrige Energiezufuhr schalten und die Suppe 20 Min köcheln lassen.
1 Ei			trennen und das Eigelb in einer Tasse verschlagen.
	Muskat		Die Suppe vom Herd nehmen und alles pürieren, mit abschmecken. 3 EL Suppe zu dem Ei in die Tasse geben, verrühren und mit der Suppe verrühren ( <b>legieren</b> ). Die Suppe darf nach dem Legieren nicht mehr kochen. Nach Geschmack kann die Suppe mit verfeinert werden.
200 ml	Milch od. Sahne		

# Rucola mit Apfel

- 30 g Pinienkerne in einer Pfanne trocken rösten  
und auf einem Teller auskühlen lassen.
- 60 g Gauda hobeln, zur Seite stellen
- 1 Bund Rucola waschen, trocken schleudern, in mundgerechte Stücke schneiden.  
und in eine große Schüssel geben.
- 200 g Kirschtomaten waschen und halbieren zum Rucola geben.
- 1 säuerlichen Apfel  
z.B. Berlepsch waschen, halbieren, vierteln, das Kerngehäuse entfernen und in ca. 1 ½ cm große Würfel schneiden, zu den Tomaten und dem Rucola geben.
- Die Zutaten mit einem Salatbesteck vermischen.

## **Marinade:**

- 3 EL Apfelessig in eine Rührschüssel geben mit  
¼ TL Salz  
1 Prise Pfeffer  
1 TL Honig verrühren.
- 5 EL Olivenöl kräftig darunter schlagen.

Die Marinade abschmecken und über den Salat träufeln.

Mit Käse und Pinienkernen bestreut servieren.

# Apfel-Crumble

## 6 Portionen:

220 g	Mehl	in eine Rührschüssel geben.
60 g	Zucker	und
130 g	Butter weich	in Stücken dazugeben und mit den Knethaken zu Streuseln verarbeiten.
1 Kg	Äpfel	schälen, entkernen und in feine Spalten schneiden.

## Den Backofen auf 180° C vorheizen.

Die Apfelspalten in eine Auflaufform oder  
in Portionsschälchen geben, mit

4 EL braunem Zucker bestreuen.

1 EL Zitronensaft und

5 EL Wasser beträufeln.

Den Streusel auf den Äpfeln verteilen und  
im Backofen ca. 40 Min backen.

**Bei Einzelportionen ist die Backzeit  
ca.5- 10 Min kürzer.**

Den Apfelcrumble mit einer Kugel  
Vanilleeis servieren.