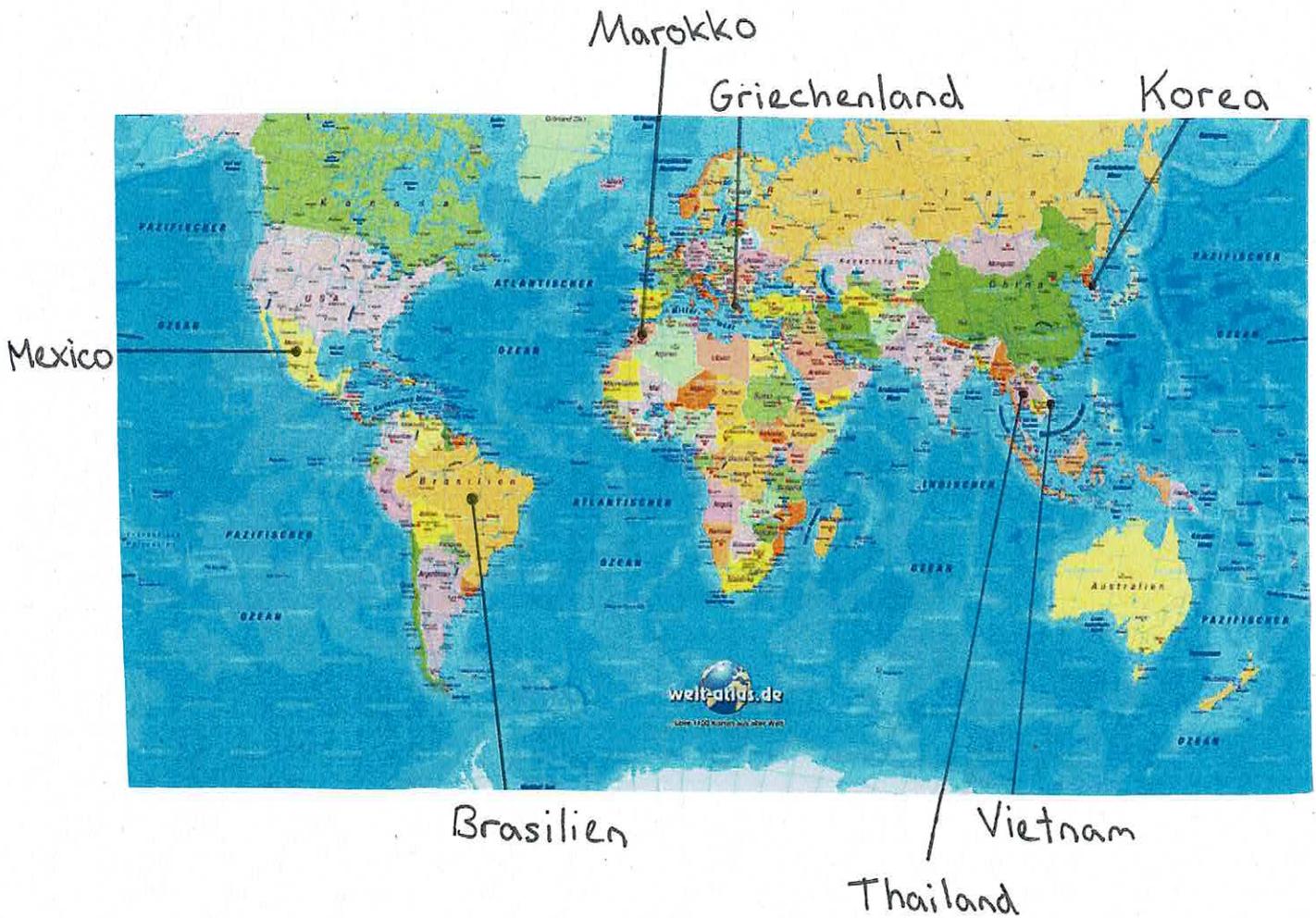


DIE KULINARISCHE WELTREISE



inhaltsverzeichnis

- ♥ Vietnam: DA CHANH, ICED COFFEE, BAHN
- ♥ Thailand: SATAY SPIESSE, RED CURRY,
STICKY RICE & MANGO
- ♥ Korea: HOTTEOK, TTEOKBOKKI
- ♥ Griechenland: MOUSSAKA, GALAKTOBOUREKO
- ♥ Mexico: CREPAS DA CAJETA
- ♥ Marokko: MINZTEE, KEKSE,
GEMÜSE TAJIND, mit Couscous
- ♥ Brasilien: BRIGADEIRO

DA CHANH

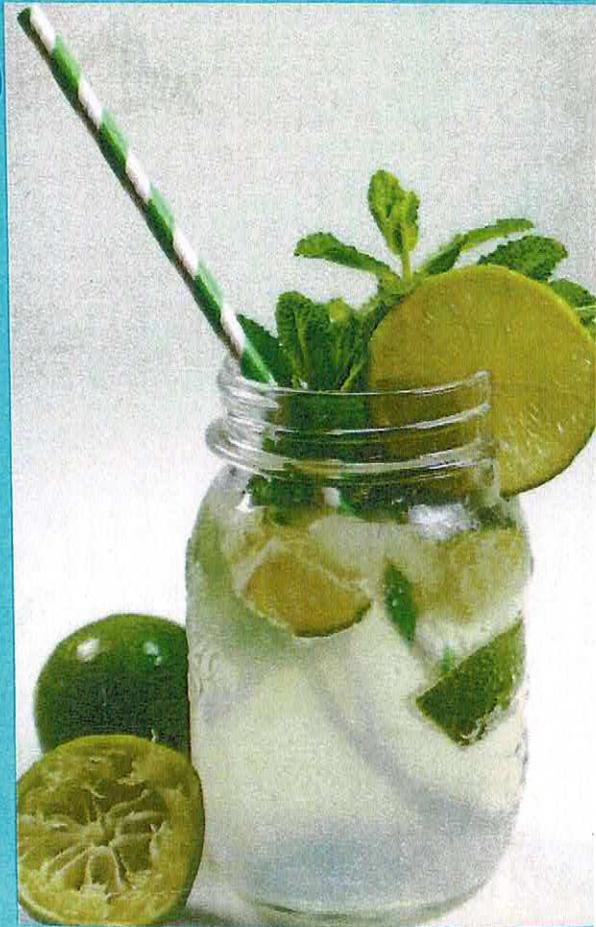
ZUTATEN

Angaben für
2 Personen

- 4x Limetten
- Brauner Zucker

ZUBEREITUNG

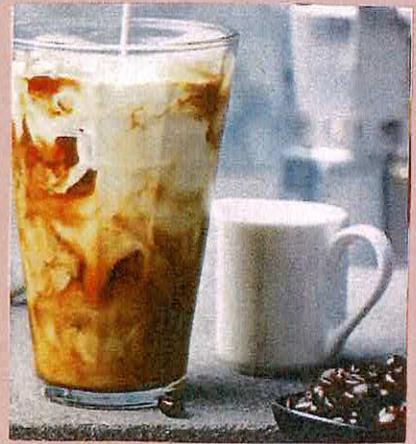
Presse Limetten
mit der Zitronenpresse in einen
Behälter. Anschliessend kommen 60g
Brauner Zucker rein. Dann wird
alles 3 Minuten umgerührt und
für 2h 30 min in einen Kühlschrank
gestellt. Nach dieser Zeit, ein Glass mit
Eis befüllen und das Getränk
einfüllen.
Voilà kalt geniessen.



ICED COFFEE

ZUTATEN

- Kondensmilch
- Café
- Eiswürfel (optional)



ZUBEREITUNG

Als erstes macht man je nach süsse 2 EL Kondensmilch in ein Glass hinein. Anschliessend kommt ein kleiner Espresso rein. Frisch oder aus der Maschine. Wenn das dann getan ist kommt Eis (optional) ins Glass.

BÁNH TIÊU

ZUTATEN

- 1 und $\frac{1}{3}$ Tassen Mehl
- $\frac{3}{4}$ Teelöffel Backpulver
- $\frac{1}{2}$ Tasse Milch
- 2 Esslöffel Milch
- 2 und $\frac{1}{2}$ Esslöffel Zucker
- 1 Teelöffel Trockenhefe
- $\frac{1}{2}$ Teelöffel Vanilleextrakt
- $\frac{1}{4}$ Tasse weisser Sesam
- Etwa $1\frac{1}{2}$ Tasse Öl zum Braten



ZUBEREITUNG

Zuerst muss man Mehl, Backpulver und Salz in eine Schüssel geben und kurz verrühren. Anschliessend nehmt ihr euch eine kleinere Schüssel und gebt dort 2 Esslöffel Milch, Zucker, Trocken Hefe und Vanilleextrakt hinein. Nach dem ihr das verrührt habt gebt ihr es in die grosse Schüssel. Und mixt es nochmal. Wenn der Teig eine klebrige Konsistenz hat dann ist er bereit in Kugeln geformt zu werden. Wenn ihr sie geformt habt könnt ihr sie in Sesam wälzen. Anschliessend frittiert ihr sie, bis sie Goldbraun sind. dan genissen

Satay Spiesse

Das braucht ihr:

500g Pulettfleisch

60ml Kokosmilch

Erdnusöl zum Braten

Die Mischung von Satay seasoning Mix



1. Als Erstes müsst ihr die Mischung A mit Kokosmilch mischen. Dann umrühren.
 2. Dann müsst ihr das Pulettfleisch schneiden, am besten in Streifen.
 3. Ihr müsst das Pulettfleisch in die Mischung legen. Das Pulett muss ca. 1 Stunde in der Marinade eingelegt werden.
 4. Nach dieser Stunde könnt ihr das Pulettfleisch auf die Spiesse auf stechen.
- Dann ist es fertig, Viel spass beim Essen!

Red Curry

Das braucht ihr:

Rote Curry Paste

300g Gemüse nach Wahl

250ml Kokosmilch

1 EL Öl

Jasminreis

Poulet / Rind / Crevetten
(eins von denen)



1. 2 gewürfelte Pouletbrüste in Öl braten bis sie braun werden und zur Seite stellen.

2. 1 EL Öl mit der Curry Paste unter Rühren erhitzen.

3. 250ml THAI KITCHEN Kokosnussmilch hinzugeben und aufkochen.

4. 300g geschnittenes Gemüse nach Wahl beifügen und 8-10 Min köcheln lassen. Poulet hinzugeben und noch ein paar Min kochen. Mit Jasminreis servieren.

⌚: ca. 1h 30min

sticky rice mit mango

Das braucht ihr:
⌘: Für 2 Personen

80g Klebreis

1dl Wasser

0.8dl Kokosmilch

35g Zucker

0.3 TL Salz

eine halbe Mango

① Reis in einer Schüssel waschen, bis das Wasser klar bleibt. Reis mit kaltem Wasser bedecken und ca. 30 Min einweichen.

② Das Wasser vom Reis abgießen und den Reis plus 1dl Wasser aufkochen. Bei kleiner Hitze zugedeckt ca. 10 Min köcheln lassen. Hitzequelle ausschalten. 20 Min zugedeckt ruhen lassen.

③ Inzwischen Kokosmilch, Zucker und Salz verrühren und leicht erhitzen, bis der Zucker geschmolzen ist. Pfanne vom Herd ziehen. Kokosmilch gut mit dem Reis mischen. Zudecken und 15 Min ruhen lassen.

④ Mangos in Würfeln schneiden. Danach die Mangos auf dem Reis verteilen.

(Je nach Klebreisart kann die Kochzeit variieren)



Hotteok

Dessert

Zutaten

300g	Mehl*
240ml	Milch
0.5 Packung	Trockenhefe
1 EL	Zucker
0.5 TL	Salz
90g	brauner Zucker
1 TL	Zimt
50g	Nüsse geschmacks- neutrales Öl

* Wenn der Teig zu klebrig ist, kann man auch noch etwas Mehl hinzufügen.

Zubereitung: ca. 30 Minuten

Ruhezeit: ca. 90 Minuten

Koch-/Backzeit: ca. 10 Minuten

Menge: 8 Stück

Zubereitung

- ① Löse Hefe und Zucker in lauwarmen Milch auf. Lass die Hefemischung fünf Minuten stehen bis sich kleine Bläschen bilden. Gib Mehl, Salz und die Hefemischung in eine grosse Schüssel und verknete alles zu einem glatten Teig. Das kann einige Minuten dauern. Der Teig sollte weich, aber nicht mehr zu klebrig sein. Lass den Teig abgedeckt an einem warmen Ort für 60 bis 90 Minuten ruhen. Das Volumen sollte sich deutlich vergrössern.
- ② Hacke die Nüsse grob und vermische sie mit braunem Zucker und Zimt. Welche Nüsse du verwendest, ist dir überlassen - eine gute regionale Wahl sind Haselnüsse.
- ③ Verteile wenn es nötig ist etwas Öl auf der Arbeitsfläche und teile den Teig in acht gleich grosse Teile. Forme daraus kleine Bällchen. Reibe deine Hände mit etwas Öl ein und drücke die Teigbällchen flach. Gib jeweils ein bis zwei Teelöffel der Füllung hinein. Füge die Ränder sorgfältig zusammen, sodass die Bällchen gut verschlossen sind. Gib rund zwei Esslöffel Öl in eine Pfanne und stelle der Herd auf mittlere Hitze. Gib die Teigkugel in die Pfanne und brate sie solange, bis sie eine schöne Bräunung erhalten. Wende die Pancakes und drücke sie mit einem Pfannenwender flach. So erhalten die Hotteoks ihre typische Optik.



Tteokbokki

Hauptgang

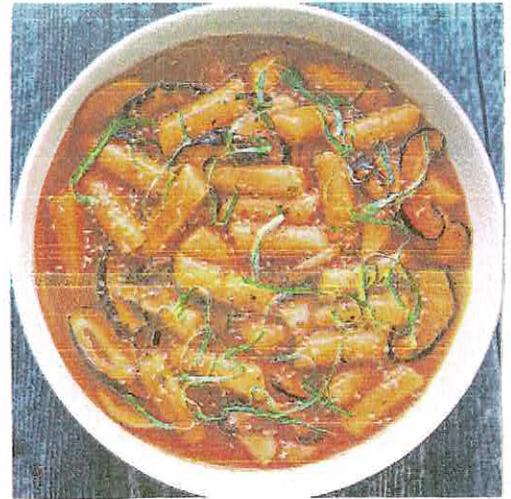
Vorbereitung
5min

Zubereitung
10min

Insgesamt
15min

Sie benötigen für 2 Portionen:

- 500g Tteok (Reiskuchen)
- 2EL Gochujang (koreanische scharfe Chilipaste)
- 2EL Sojasauce
- 2EL Zucker
- 3 Knoblauchzehen, gepresst
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1TL Gochugaru (koreanische Chiliflocken)
- frisch gemahlener Pfeffer



So wird's gemacht:

1. Die Reiskuchen in eine grosse Schüssel geben, mit warmen Wasser aufgiessen und ein paar Minuten darin einweichen.
2. Inzwischen Gochujang mit der Sojasauce, dem Zucker, Gochugaru und dem Knoblauch in einer kleinen Schüssel zu einer Paste verrühren.
3. 500ml Wasser in eine Pfanne geben und zum Kochen bringen. Die vorbereitete Paste einrühren und 3 Minuten köcheln lassen, dann die Reiskuchen abseihen und dazugeben. Das Ganze unter gelegentlichen Rühren offen kochen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz erreicht (etwa 8-12 Minuten). Währenddessen die Frühlingszwiebeln schräg in Scheiben schneiden und kurz vor Ende der Kochzeit unter die Reiskuchen rühren. Die Tteokbokki mit Pfeffer abschmecken und mit Toppings nach Wahl serviert geniessen.

Notiz

Wer die Tteokbokki nicht allzu scharf möchte, kann die Chiliflocken problemlos weglassen.

Moussaka

Personen: 6

⊕ Zeit: 1h 35min

544 kcal

Zutaten:

3 Auberginen

1 Zwiebel

3 Zehen Knoblauch

500g Kartoffeln

500g Hackfleisch

5 EL Tomatenmark

800g Tomaten aus der Dose

1 Zweig Rosmarin

3 EL Butter

5 EL Mehl

750ml Milch

1 Ei

75g Käse



Auberginen in ca. 1-cm grosse
Scheiben schneiden. Zwiebeln und Knob-
lauch in kleine Würfel schneiden.
Auberginen auf beiden Seiten gut salzen
und 20 min beiseite legen.

Kartoffeln in einen Topf mit Wasser
geben und 15 min kochen. Etwas Öl in
eine Pfanne geben und das Hackfleisch
anbraten. Anschliessend Zwiebeln, Knob-
lauch und Tomaten hinzufügen. Dann mit
Salz und Pfeffer würzen und 50 min
köcheln lassen.

Backofen auf 200°C vorheizen.

Die Auberginen auf beiden Seiten
goldbraun anbraten und mit Küchenpapier
abtrocknen. Für die Sauce Butter in
einem Topf schmelzen, Mehl dazugeben
und verrühren. Nachdem der Käse
hinzugefügt und 3-4 min köcheln lassen.

Dann eine grosse Auflaufform einfetten.
Die Kartoffeln in kleine Scheiben schnei-
den und auf dem Boden verteilen. Dann
die Auberginen hinzufügen und das
Hackfleisch darauf verteilen.

Dann den Auflauf bei 200°C für ca. 45
min backen

Guten Appetit

Galaktoboureko

Rezept

Zutaten

450g Filoteig
210g Butter

Pudding

160g gries
220g Zucker
500g Milch
Eiweiss von vier Eier

Sirup

360g Wasser
600g Zucker
2 EL Honig
1 Zitronenschale
1 Zimtstange

Sirup

600g Zucker in einen Topf geben, mit 360g Wasser verrühren und eine Zimtstange hinzufügen und 5min kochen. Anschliessend Honig hinzufügen.

Pudding

Das Eiweiss muss in einen Topf und es muss 50g Zucker hinzugefügt werden. Danach muss es mit einem Elektronischem Mixer umgerührt werden, bis es Rahm ist.

500ml ^{Milch} in einen neuen Topf mit dem Rest des Zucker hineinleeren. Später nach dem Zucker muss 160g gries rein und umgerührt werden.

Ein Backblech ca 20x30cm und das Backpapier auf das Blech.

Der erste Teig wird in die Backform gelegt und es wird ein Rand von 3cm Höhe gemacht. Danach wird der Topf mit dem Rahm mit dem Topf mit dem Gries gemischt und die Crème wird auf der Teigfläche verteilt. Der zweite Teig wird als eine Art „Deckel“ darauf befestigt.

Schlussendlich werden die ganzen Sachen für 20-30min bei 150° gebacken.

Zuschluss wird der Sirup noch darüber gegossen. Lass es dir schmecken!



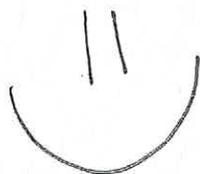
Crepas de cajeta

☺: 6 Personen

⌚: 30 Min

Crêpeteig

1. Mehl, Ei, Milch und Öl glattrühren. Teig 15 Minuten ruhen lassen
2. Butter in einer nicht klebenden Bratpfanne erwärmen. Ca. 2 Esslöffel Teig in die Pfanne geben. Durch rasche kreisförmige Bewegung den Teig auf dem Boden verteilen. Sobald der Rand trocken ist, Crêpe wenden und fertig braten. Die Crêpes dürfen leicht gebräunt sein.



3. Eingeschlagene Crêpes in der Karamelsauce erwärmen.
4. Je 2 Crêpes auf einem Teller anrichten. Mit den Nüssen bestreuen und eine Kugel Vanilleis dazugeben. (cajeta Karamelsauce nächste Seite) auf

375ml Liegenmilch

60g Mehl

1 Freilandei

1 EL Öl

Butter, zum braten

500ml cajeta

50g Haselnüsse gehackt

50g Kokosnüsse gemalen

6 Kugeln Vanilleis, nach Belieben

Zutaten

Crêpeteig für 12 Stück



Cajeta

Karamelsauce von Crêpes

Zutaten:

Für 6 Personen

60ml Wasser

1l Ziegenmilch

250g Zucker

1kl Vanillepulver

1kl soda-Bicarbonat

Anleitung:

1. Bicarbonat mit dem Wasser anrühren.
2. Milch und Zucker aufkochen. Bicarbonatwasser beifügen. Creme auf kleinem Feuer unter häufigem Rühren mit dem Schneebesen 1 Stunde köcheln lassen. Vanillpulver dazugeben. Creme unter zeitweiligem Rühren erkalten lassen.

Marokkanischer Minztee

Zutaten:

4 Zweige frische Minze (möglichst Naneminze)

4 TL grüner chinesischer Tee (Gunpowder)

1,2L kalkarmes Wasser oder stilles Mineralwasser

10-12 Zuckerwürfel



Marokkanische Kekse

Zutaten: (50 Portionen)

- 1 Pk Backpulver
- 200g Butter (geschmolzen)
- 75g Kokosnussflocken (gemahlen)
- 1kg Mehl
- 200ml Öl
- 200ml Orangensaft
- 1 Pk Vanillepudding
- 1 Pk Vanillezucker
- 150g Zucker



- 1) Alle Zutaten mit einem Handmixer zusammen verrühren und den Teig 30min im Kühlschrank stehen lassen
- 2) Den Ofen auf 170 Grad vorheizen und Backpapier auf ein Blech legen.
- 3) Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und durchkneten, dann Kekse in Fingerlänge Formen und auf das Blech setzen.
- 4) Die Kekse im Ofen ca. 25min im Ofen goldgelb backen.

Gemüse-Tajine mit Couscous

Zutaten:

2 Esslöffel Olivenöl → in einer grossen Pfanne warm werden lassen

3 rote Zwiebeln in streifen

3-4 Knoblauchzehen in Scheiben

1 Zimtstange (halbiert)

1 Esslöffel Paprika

1 Brotkrumen Safran

1/4 Teelöffel Cayenepfeffer

1/2 Teelöffel Ingwerpulver

1/2 Teelöffel Kreuzkümmel → beigeben andämpfen

80g Fleischbouillon

3/4 Teelöffel Salz

Schwarz Pfeffer aus der Mühle

2 Thymianzweiglein

3 Esslöffel Tomatensauce

100g Kichererbsen (über Nacht eingeweicht, abgetropft) → dazugeben, aufkochen, Hitze reduzieren, ca 20 min zugedeckt köcheln

6 kleine Rüebli

2 kleine weisse Rottiche

1 rote Peperoni

2-3 kleine Zucchini

1-2 kleine Auberginen → Gemüse in sehr grosse Stücke schneiden in den Sud geben, zugedeckt ca. 15 min köcheln

250g Kubis in grosse Würfel

2 Tomaten gewürfelt, entkernt

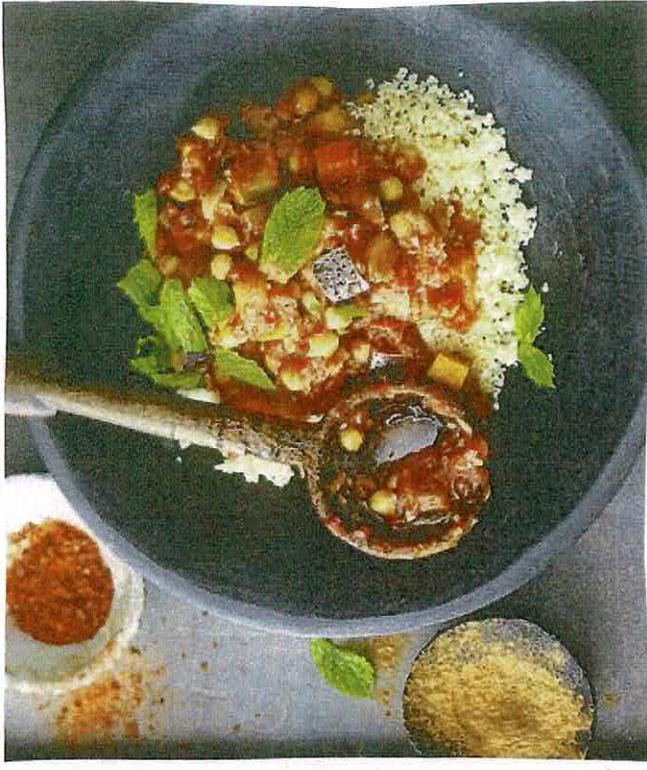
ca. 50g Rosinen

1 Bund glatte Petersilie gehackt → beigeben zugedeckt auf kleinem Feuer weitere 15-20min köcheln

Cous Cous:

500g Couscous

Tajine und Couscous separat servieren.



Brigadeiro

Zutaten

400ml Kondensmilch

1 El Butter

4 El Kakaoapulver

3 El Schokoladestreusel

⌘ für 10 Personen

⊙ 1h40min

Zubereitung

1. Butter und Kondensmilch in einem kleinen Topf auf niedriger Hitze vermischen bis die Flüssigkeit einheitlich ist.

2. Kakaoapulver hinzufügen und gut verquirlen.

3. Die gesamte Mischung auf niedriger Hitze erwärmen, sodass sich auf der Oberfläche Blasen bilden. Dabei ist es wichtig ständig umzurühren, damit der Kakao nicht verbrennt.

4. Sobald sich die Mischung mit einem Löffel leicht vom Topfboden lösen lässt, den Topf vom Herd nehmen und die Mischung abkühlen lassen. Sie wird dabei sehr zäh und lässt sich gut formen.*

5. Die abgekühlte Masse in kleine Kugeln formen und in Schokoladestreusen wälzen und Papierformen geben.

* Masse eine Stunde abkühlen

