

mein
ZauberTopf



HAUSMANNSKOST

Die 5 deftigsten und herzhaftesten Gerichte für Thermomix®

Rezeptübersicht



Kartoffelsuppe
mit Wienern



Wirsingrouladen
mit Kalbshack



Kräftige Gulaschsuppe



Hackbraten
mit Paprikasoße



Serviettenknödelsalat

Hausmannskost

Die 5 deftigsten und herzhaftesten Gerichte für Thermomix®

Liebe Leserin, lieber Leser,



wir von meinZauberTopf lieben deftige und ehrliche Hausmannskost. Gerade im Alltag nach einem langen Arbeitstag brauchen wir eine kräftige Stärkung, um wieder zu Kräften zu kommen.

Freut euch auf klassischen Hackbraten, leckere Wirsingrouladen und auf eine altbewährte Kartoffelsuppe mit knackigen Würstchen. Wir haben unsere liebste Hausmannskost aus vielen Ausgaben der meinZauberTopf für euch zusammengestellt.

Wir wünschen euch viel Spaß beim Nachmischen und Experimentieren mit eurem Küchenprofi!

Euer mein ZauberTopf-Team

Kartoffelsuppe mit Wienern

1 | Knoblauch und Zwiebel in den  geben und **3 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Kartoffeln und Gemüse in den  zugeben und **3 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Öl zugeben und **10 Min.** | **100 °C** | **Stufe 1** dünsten.

2 | Wasser, Gewürzpaste, Majoran, Paprikapulver, Salz, Pfeffer zugeben, **25 Min.** | **100 °C** | **Stufe 1** garen. Sahne zugeben und **30 Sek.** | **stufenweise 5–9** pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Würstchen in Scheiben schneiden, in der Suppe heiß werden lassen, mit Petersilie bestreuen und servieren.



ZUTATEN FÜR **4 Personen**

- ★ **1 Knoblauchzehe**
- ★ **1 Zwiebel, halbiert**
- ★ **500 g Kartoffeln in Stücken**
- ★ **1 Karotte in Würfeln**
- ★ **150 g Knollensellerie in Würfeln**
- ★ **1 Stange Porree in Ringen**
- ★ **20 g natives Olivenöl extra**
- ★ **750 g Wasser**
- ★ **2 TL Gemüse-Gewürzpaste**
- ★ **2 TL getrockneter Majoran**
- ★ **½ TL edelsüßes Paprikapulver**
- ★ **½ TL Salz**
- ★ **3 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**
- ★ **60 g Sahne**
- ★ **4 Wiener Würstchen**
- ★ **Petersilie zum Garnieren**







PRO PORTION:

31 KCAL | 17G E | 31G F | 0G KH

Wirsingrouladen mit Kalbshack





Foto: Ita Leoni

1 | Wasser und ½ TL Salz in den  geben und den Varoma aufsetzen. Kohlblätter in den Varoma legen, verschließen und **10 Min. | Varoma | Stufe 1** dämpfen. Falls nicht alle Blätter in den  passen, Schritt ggf. mit übrigen Blättern wiederholen. Dann die Zwiebel und die Kapern in den  geben und **3 Sek. | Stufe 5** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben, Öl zugeben und **3 Min. | 120 °C [TM31 bitte Varoma] | Stufe 2** dünsten. Hackfleisch, Joghurt, 1 ½ TL Salz, 3 Prisen Pfeffer und das Ei zugeben und mithilfe des  **1 Min. |  | Stufe 4** vermengen.

2 | Die Wirsingblätter trocken tupfen, auf der Arbeitsfläche ausbreiten und jeweils 1–2 EL der Hackmasse auf das untere Ende jedes Blattes geben. Seiten über das Hack

falten, Blatt aufrollen. Mit Garn fixieren und auf den Einlegeboden mit der Naht nach unten legen (wenn der Platz nicht reichen sollte, 1–2 Rouladen in den Varoma setzen).

3 | Der  muss nicht gespült werden. Den Fond, Weißwein und das Lorbeerblatt in den  geben und **30 Min. | Varoma |  | Stufe 2** garen.  leeren und Garflüssigkeit auffangen. Lorbeer entfernen. 300 g Garflüssigkeit, Tomatenmark, Mehl, Butter und Sojasoße in den  geben, **5 Sek. | Stufe 5** vermengen. **3 Min. | 100 °C | Stufe 3** kochen. Soße **10 Sek. | Stufe 10** pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen und zu den Rouladen servieren.

01 10
std : min



ZUTATEN FÜR 4 Personen



- ★ 8 große Wirsingblätter, ohne Strunk
- ★ 2½ TL Salz
- ★ 1 Zwiebel
- ★ 1 TL Kapern (Glas), abgetropft
- ★ 1 EL Rapsöl
- ★ 500 g Kalbshackfleisch
- ★ 20 g Sahnejoghurt
- ★ 4 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ★ 1 Ei
- ★ 400 g Kalbsfond
- ★ 200 g Weißwein
- ★ 1 Lorbeerblatt
- ★ 20 g Tomatenmark
- ★ 30 g Mehl Type 405
- ★ 20 g Butter
- ★ 10 g dunkle Sojasoße
- ★ Küchengarn

PRO PORTION:

344 KCAL | 38G E | 15G F | 3G KH

Kräftige Gulaschsuppe

1 | Zwiebeln und Knoblauch in den  geben und **5 Sek. | Stufe 5** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben. Öl zugeben und **3 Min. | 120 °C [TM31 bitte Varoma] | Stufe 1** dünsten. Gulasch und Tomatenmark zugeben und alles **5 Min. | 120 °C [TM31 bitte Varoma] | Stufe 1** dünsten.

2 | Kartoffeln, passierte Tomaten, Wasser, Zucker, Brühwürfel, Salz, Lorbeerblatt, Majoran, Paprikapulver und Rotwein zugeben, kurz mit dem  umrühren und **35 Min. | 100 °C | Stufe 1** kochen. Paprika zugeben, einmal mit dem  umrühren und weitere **9 Min. | 100 °C | Stufe 1** garen. Das Lorbeerblatt entfernen und die Suppe servieren.

01 10
std · min



ZUTATEN FÜR 4 Personen

- ★ 2 Zwiebeln halbiert
- ★ 1 Knoblauchzehe
- ★ 30 g natives Olivenöl extra
- ★ 500 g Rindergulasch
- ★ 40 g Tomatenmark
- ★ 100 g Kartoffeln in Würfeln
- ★ 400 g passierte Tomaten (Dose)
- ★ 400 g Wasser
- ★ 1 TL Zucker
- ★ 1 Würfel Fleischbrühe
- ★ ½ TL Salz
- ★ 1 Lorbeerblatt
- ★ 1 TL Majoran
- ★ 1½ TL rosenscharfes Paprikapulver
- ★ 2 EL edelsüßes Paprikapulver
- ★ 50 g Rotwein
- ★ 1 gelbe Paprikaschote in Stücken
- ★ 1 rote Paprikaschote in Stücken

PRO PORTION:


330 KCAL | 27G E | 19G F | 13G KH

Hackbraten mit Paprikasoße

1 Den Varoma mit etwas Olivenöl einfetten. 50 g Parmesan mit der hellen Zwiebel und Petersilienblättchen in den  geben, **10 Sek. | Stufe 10** zerkleinern, dann mit dem  nach unten schieben. Paniermehl, Hack, Eier, 1 TL Salz und 3 Prisen Pfeffer zugeben, dann **1 Min. | § kneten**. Die Masse auf einen Bogen Backpapier geben und zu einem 1 cm dickem Rechteck (etwa 25 cm lang) formen.

2 Den restlichen Parmesan in dünne Scheiben schneiden. Den Spinat waschen, putzen und trocken schleudern. Parmesan und Spinat auf der Hackmasse verteilen. Die Masse mithilfe des Backpapiers vorsichtig

aufrollen, dann den Braten (ohne Backpapier) in den Varoma-Behälter setzen.

3 Knoblauch, rote Zwiebeln und Paprika in den  geben, **4 Sek. | Stufe 5** zerkleinern, **3 Min. | 120 °C [TM31 bitte Varoma] | Stufe 1** dünsten. Tomaten, Wasser, ½ TL Salz, 2 Prisen Pfeffer und Zucker zugeben. Varoma aufsetzen und alles **40 Min. | Varoma | Stufe 1** garen.

4 Varoma abnehmen. Messbecher einsetzen und Paprikamasse **40 Sek. | Stufe 8** pürieren. Nach Belieben mit etwas Salz und Pfeffer nachwürzen. Hackbraten in Scheiben schneiden und mit der Soße servieren.






ZUTATEN FÜR 4 Personen


- ★ 20 g natives Olivenöl extra, zzgl. etwas mehr zum Fetten
- ★ 100 g Parmesan in Stücken
- ★ 1 Zwiebel, halbiert
- ★ Blättchen von 5 Stielen Petersilie
- ★ 40 g Paniermehl
- ★ 400 g gemischtes Hackfleisch
- ★ 2 Eier
- ★ 1½ TL Salz
- ★ 5 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ★ 20 g Babyspinat
- ★ 1 Knoblauchzehe
- ★ 2 rote Zwiebeln halbiert
- ★ 450 g rote Paprikaschoten in Stücken
- ★ 400 g geschälte Tomaten aus der Dose in Stücken, abgetropft (Dose)
- ★ 200 g Wasser
- ★ 1 Prise Zucker

PRO PORTION:

478 KCAL | 33G E | 32G F | 14G KH


Serviettenknödelsalat

1 | Brötchen **10 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern und umfüllen. Zwiebel und Petersilie in den  geben und **5 Sek.** | **Stufe 5** zerkleinern. Mit dem  nach unten schieben. Butter zugeben und **2 Min.** | **120 °C [TM31 bitte Varoma]** | **Stufe 1** dünsten. Milch zugeben und weitere **2 Min.** | **90 °C** erwärmen. Eier, zerkleinerte Brötchen, Mehl, ½ TL Salz und 3 Prisen Pfeffer zugeben und alles **15 Sek.** |  kneten.

2 | Aus dem Teig eine Rolle formen und in Klarsichtfolie einwickeln. Wasser in den  geben, die Teigrolle in den Varoma legen und **25 Min.** | **Varoma** | **Stufe 1** garen. In der Zwischenzeit die Fleischwurst in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten. Herausnehmen und

etwas abkühlen lassen. Die rote Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Die Äpfel schälen, vierteln und in Scheiben schneiden. Evtl. mit etwas Zitronensaft beträufeln.

3 | Knödelrolle aus der Klarsichtfolie entfernen und in Scheiben schneiden. Scheiben in einer Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten anbraten, vierteln und etwa 1 Std. abkühlen lassen.

4 | Für das Dressing Essig, Zucker, Senf, 75 g Öl, Schnittlauch, ½ TL Salz und 3 Prisen Pfeffer in den  geben, **10 Sek.** | **Stufe 5** mischen. Fleischwurst, Knödelstücke, Äpfel und Zwiebelringe auf Tellern anrichten, das Dressing darüberträufeln und den Salat sofort servieren.

01 15
std.:min
zzgl.
1 Std.
Kühlzeit

ZUTATEN FÜR 4 Personen

- ★ 5 altbackene Brötchen in Stücken
- ★ 1 Zwiebel, halbiert
- ★ Blättchen von ½ Bund Petersilie
- ★ 25 g Butter
- ★ 250 g Milch
- ★ 3 Eier
- ★ 20 g Mehl Type 405
- ★ 1 TL Salz
- ★ 6 Prisen frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- ★ 600 g Wasser
- ★ ½ Ring Fleischwurst
- ★ 75 g Pflanzenöl zzgl. etwas mehr zum Braten
- ★ 1 rote Zwiebel
- ★ 2 kleine Äpfel
- ★ etwas Zitronensaft
- ★ 50 g heller Balsamicoessig
- ★ 2 EL Zucker
- ★ 1 TL Senf
- ★ Röllchen von ½ Bund Schnittlauch

PRO PORTION:

757 KCAL | 21G E | 51G F | 57G KH

Verlag

falkedia 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

Tina Bumann, Ira Leoni, Alexandra Panella

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@falkedia.de)
falkedia GmbH & Co. KG, Abt. Datenschutz,
An der Halle 400 #1, 24143 Kiel

Bei falkedia erscheinen außerdem die Publikationen
sweet paul, LandGenuss, Mein LandRezept, So is(s)t Italien,
Mac Life, BEAT, DigitalPHOTO, BÜCHER und KIELerLEBEN.
© falkedia, 2017 | www.falkedia.de | ISSN 2510-392X