

**Liebe Leserinnen und Leser!**

Köche-Nord.de hat kräftig vorgearbeitet und jetzt für jedes Quartal bis 2030 ein Magazin online gestellt. Danke, daß Sie sich diese Ausgabe heruntergeladen haben.

Wie immer erhalten Sie in diesem Magazin Rezepte und Empfehlungen sowie Ausschnitte aus unserem umfangreichen Lebensmittel-Lexikon.

Unverändert ist dieses Magazin frei verwendbar, Sie können es für sich selbst nutzen oder auch gerne drucken und verteilen oder verkaufen.

Dieses Magazin hat übrigens 14 Seiten (2 Seiten Kreuzwörter sind auch dabei) !

Ihr Marcus Petersen-Clausen

Inhaltsverzeichnis

- Seite 2 - So kocht Hannover
- Seite 3 - Fortsetzung
- Seite 4 - Getränke
- Seite 5 - Desserts, Nachspeisen
- Seite 6 - Zwischendurch: ein Gebet !
- Seite 7 - Müsli
- Seite 8 - Witze von Wirtzeschmiede.de
- Seite 9 - Auszug aus unserem Lebensmittel Lexikon
- Seite 10 - So backt Großburgwedel
- Seite 11 - Kreuzwörter für Köche
- Seite 12 - Kreuzwörter Lösung
- Seite 13 - Netzfund
- Seite 14 – Köche-Nord.de-Flyer



Imprint:

V. i. S. d. P.: Marcus Petersen-Clausen, Kirchweg 2, 30900 Mellendorf/Wedemark (DE) - Tel.: +49 1796 162 178
Dieses Dokument ist lizenziert unter der Creative Common Lizenz BY-SA 3.0.

So kocht Hannover

Rinderrouladen

Angeregt von Jan Schlaudraff (war mal bei Hannover 96 tätig)

Menge: 8 Portionen

8 Rouladen vom Rind
5 Zwiebeln
4 Gewürzgurken
12 Scheiben Frühstücksspeck
4 Esslöffel Senf, mittelscharfer
1 Stücke Knollensellerie
1 Möhre
1/2 Stangen Lauch
1/2 Flasche Rotwein
Salz
Pfeffer
1/2 Liter kräftiger Rinderfond
Teelöffel Speisestärke
1 Schuss Gurkenflüssigkeit
2 Esslöffel Butterschmalz

Die Rinderrouladen aufrollen, waschen und mit einem Küchentrepp trocken tupfen. Die Zwiebeln in Halbmonde schneiden, die Gurken in Längsstreifen. Eine Schere und Küchengarn bereitlegen.

Die ausgebreiteten Rouladen dünn mit Senf bestreichen und pfeffern und salzen. Auf jeder Roulade mittig etwa 1/2 Zwiebel, 1 1/2 Scheiben Frühstücksspeck sowie 1/2 (eventuell mehr) Gurke verteilen.

Die Roulade von beiden Längsseiten etwas einschlagen, aufrollen und mit dem Küchengarn wie ein Postpaket verschnüren.

In einer Pfanne das Butterschmalz erhitzen und die Rouladen rundum anbraten. Danach die Rouladen in einen Schmortopf geben.

Den Sellerie, die restliche Zwiebel, den Lauch und die Möhren in Mundgerechte Stücke schneiden und in der Pfanne anbraten. Sobald das Gemüse halbwegs "glasig" ist, kurz rühren, etwas Rotwein angießen und verdampfen lassen (der Alkohol verkocht, deshalb ist ein günstiger Rotwein ok). Sobald das Gemüse wieder trockenbrät, erneut ein wenig Rotwein angießen, kurz rühren und verkochen lassen. So lange wiederholen, bis die 1/2 Flasche Wein aufgebraucht ist.

Auf diese Art wird das Röstgemüse sehr braun (das ist gut für den Geschmack und die Farbe der Sauce) aber nicht trocken. Zum Schluss mit der Fleischbrühe, etwas Pfeffer und Salz sowie einem guten Schuss Gurkensud auffüllen. Alles in den Schmortopf zu den Rouladen geben.

Fortsetzung:

So kocht Hannover

Den Topf entweder auf kleiner Flamme oder bei etwa 160 Grad Celsius (Umluft) oder bei 140 Grad Celsius (Heißluft) im Backofen für 90 Minuten schmoren lassen. Nach Bedarf ab und zu etwas Flüssigkeit zugießen.

Nach Abschluss der Kochzeit testen, ob die Rouladen weich sind (mit dem Kochlöffel draufdrücken, sie sollten sich willig eindrücken lassen, wenn nicht, die Rouladen nochmal 30 Minuten weiter schmoren).

Das Fleisch vorsichtig aus dem Topf heben und warmstellen.

Die Sauce durch ein Sieb geben und aufkochen. Etwa 1 Esslöffel Senf mit etwas Wasser und der Speisestärke gut verrühren und in die kochende Sauce geben. Hierbei empfiehlt es sich nach und nach unter Rühren einzugießen bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Die Sauce nochmals mit Pfeffer, Salz, Rotwein und Gurkensud abschmecken.

Arbeitszeit: etwa 60 Minuten

Kochzeit: etwa 2 Stunden

Schwierigkeitsgrad: pfiffig

Kalorien pro Portion: etwa 830 kcal



Getränke

Tie-Break (alkoholfrei)

Menge: für 1 Glas

100 Milliliter weißer Traubensaft
50 dMilliliter Karottensaft
50 Milliliter Tomatensaft
1 Spritzer WorcesterSauce
1 Spritzer Zitronensaft
1 Teelöffel Kresse
1 Möhre

Gut gekühlten Trauben-, Karotten- und Tomatensaft in ein Glas gießen. WorcesterSauce, Zitronensaft und Kresse zufügen und gut durchrühren. Möhre putzen, ca. 1 Zentimeter Grün stehen lassen und schälen. Möhre als "Rührer" ins Glas stecken.

Unser Musiktipp:

First Night Cocktail

Menge: 1 Cocktail

2 Zentiliter Tia Maria
2,5 Zentiliter Cognac
1,5 Zentiliter Mandarinenlikör
1 Barlöffel Sahne

Doro Pesch - Hoffnung

<https://youtu.be/SGowTyUzND8>

OZZY OSBOURNE - "Under The Graveyard"

<https://youtu.be/fMAAMfHgO4Q>

WIZO - "Apocalypso"

https://youtu.be/eZHx7Gh_HOA

Alle Zutaten im Shaker mixen. In ein Glas mit gestoßenem Eis füllen.

Vitamin-Schub (alkoholfrei)

Menge: für ein Glas

1 Esslöffel Sanddorn, 100 ml Traubensaft
100 ml Milch, 1 Messerspitze abgeriebene
Zitronenschale, 1 Messerspitze Ingwerpulver
3 Tropfen Angostura
Zitronenspirale
Melisse

Sanddorn, Traubensaft, Milch, Zitronenschale, Ingwerpulver und Angostura in ein Longdrink-Glas geben und gut verrühren. Mit Zitronenspirale und Melisse garnieren.

Desserts, Nachspeisen

Haselnusscreme

Menge: 4 Portionen

275 Gramm Haselnusskerne, reichlich 1/4 Liter Milch, 1 Eigelb (wird mehr oder weniger roh verwendet. Vorsicht! Nur frische Eier verwenden. Größe M)
100 Gramm Zucker, 1 Teelöffel Vanilleextrakt, 1/4 Liter Schlagsahne
2 Teelöffel weiße Gelatine (oder entsprechende Mengen Blattgelatine)
2 Esslöffel kaltes Wasser.

Die Haselnusskerne sollten vor dem Mahlen abgezogen werden; dazu wirft man sie ein paar Minuten in kochendes Wasser und "häutet" sie nach dem Abtropfen noch heiß. Die abgezogenen Nüsse mit der Küchenmaschine mahlen.

Die Gelatine in dem kalten Wasser ein paar Minuten weichen lassen und dann im siedenden Wasserbad unter Rühren aufschmelzen. Danach das Wasserbad vom Herd nehmen, aber die Gelatine darin stehen lassen um so das abkühlen zu verhindern.

Die gemahlene Nüsse und die Milch unter Rühren in einem großen Topf erhitzen bis die Mischung kurz vor dem Kochen steht. Vom Herd nehmen.

In einer Schüssel Eigelb und Zucker mit dem Schneebesen verschlagen, bis das ganze hellgelb und "dick" ist. Dann ganz langsam die heiße Nuss-Milch unter ständigem Rühren dazugeben; wenn beides gut vermischt ist, zurück in den Topf und wieder erhitzen, bis die Masse dickflüssig wird. Darauf achten, dass die Flüssigkeit nicht kocht – dann gerinnt die Masse.

Den Topf vom Herd nehmen und die Gelatine und den Vanille-Extrakt unterrühren und zum Abkühlen in eine Schüssel umfüllen. Da im nächsten Schritt das Ganze im Eisbad kalt-gerührt wird, ist eine Edelstahl-Schüssel das Beste. Bevor die Masse fest wird, die steif geschlagene Sahne unterheben. Dann in Schälchen portionieren und abgedeckt mindestens 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Passend verzieren:

ein paar ganze, ungehäutete Nüsse oder Schokoraspel... Das ganze Rezept müsste eigentlich problemlos auch mit Walnüssen machbar sein und schmeckt um einiges besser als gleichnamige Produkte von Dr. *tker et al.

Zwischendurch: ein Gebet !

Seelig ist, wer den Herrn achtet

Seelig ist jeder, der den Herrn ehrt und fürchtet,
wer auf seinen Wegen geht!
Was du dir erarbeitet hast,
kannst du auch genießen.
Wohl dir! Es wird dir gut gehen!

Deine Frau ist wie ein fruchtbarer Weinstock,
die viele Reben trägt:

Die Kinder um deinen Tisch sind wie die jungen Triebe eines Ölbaums
rund um deinen Tisch herum.
So reich beschenkt unser Gott den Mann,
der ihm mit ehrt und ihn fürchtet.

Es segne dich der Herr –
er, der auf dem Berg Zion wohnt!
Du sollst dein Leben lang sehen, dass es Jerusalem gut geht.
Mögest du so lange leben, dass du dich noch deine Enkel sehen kannst!
Der Frieden komme über Israel!

Zu diesem Schritt wurde ich durch einen Klosterbesuch
in der [Abtei-kornelimuenster.de](http://www.abtei-kornelimuenster.de) angeregt.

Der Friede sei mit Ihnen
Ihr Marcus Petersen-Clausen
<http://www.koeche-nord.de>



Müsli

Veganer Vanillepudding mit Früchten

Menge: 2 Portionen

1 Päckchen Puddingpulver, Vanille
500 ml Milch (Reismilch), Vanille, zum Beispiel von Alnatura
250 Gramm Obst, Tiefkühl, exotische Mischung
nach Belieben Zucker

Zunächst ein paar Esslöffel der Vanillereismilch mit dem Puddingpulver und gegebenenfalls etwas Zucker verrühren. Da die Reismilch schon eine natürliche Süße hat, ist die Verwendung von zusätzlichem Zucker Geschmackssache.

Die restliche Vanillereismilch aufkochen und mit dem angerührten Puddingpulver vermischen. Alles noch einmal kurz aufkochen lassen.

Das gefrorene Obst in eine Schüssel geben, die heiße Puddingmasse darüber. Abkühlen lassen.

Wir servieren diesen veganen Vanillepudding mit Früchten auch gerne als Frühstück anstelle von Müsli.

Arbeitszeit: etwa 10 Minuten
Ruhezeit: etwa 1 Stunden
Schwierigkeitsgrad: simpel

Witze von Wirtzeschmiede.de

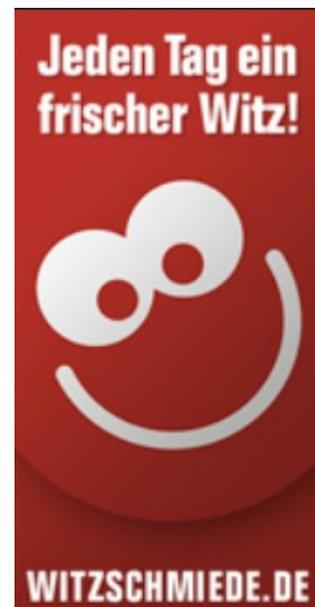
Interview nach dem Auslandsturnier der Bayern. Reporter: "Na, wie fühlen Sie sich nach dem Turnier, Herr Matthäus?" Matthäus: "Super, ich war echt super drauf, ich habe z. B. 2 Bombentore in einem Spiel geschossen." Reporter: "Herzlichen Glückwunsch, und wie ging das Spiel aus?" Matthäus: "1:1"

"Haben Sie drei Sekunden Zeit?" fragt ein Zuschauer den Schiedsrichter nach Spielschluß. Dieser nickt zustimmend. "Dann erzählen Sie mal alles, was Sie über Fußball wissen!"

Fußball-EM: "Wer spielt denn heute?" - "Österreich - Ungarn" - "Und gegen wen?"

Zwei Blondinen unterhalten sich: "Warum trägst du denn immer ein Bild einer Fußballmannschaft mit dir rum?" - "Hast du etwa kein Bild vom Vater deines Kindes bei dir?"

Dialog im Arbeitsamt: "Wie viele Arbeitsstellen hatten Sie denn im letzten Jahr?" - "5!" - "Aha, Gelegenheitsarbeiter?" - "Nein, Fußballtrainer!"



Auszug aus unserem Lebensmittel Lexikon

Choya Umeshu

Choya Umeshu K.K. (japanisch Choya Umeshu Kabushiki kaisha; englisch Choya Umeshu Co. Ltd.) ist ein bekanntes japanisches Unternehmen mit Hauptsitz in Habikino in der Präfektur Osaka (Japan), das sich auf die Produktion und den Verkauf von Umeshu spezialisiert hat.

Clementine

Als Clementine oder Klementine (*Citrus × aurantium*) bezeichnet man eine Gruppe von Hybriden aus der Gattung der Zitruspflanzen (*Citrus*). Die Clementine ist eine Hybride zwischen Mandarine (*Citrus reticulata*) und der Pomeranze (*Citrus × aurantium* L.). Die Frucht und der Baum tragen die gleiche Bezeichnung, der Baum kann etwa vier bis sechs Meter groß werden. Die Clementine wird in Deutschland umgangssprachlich auch als Mandarine bezeichnet.

Sie sind im Mittelmeerraum entstanden, ähnliche Sortengruppen sind auch aus Ostasien bekannt, etwa unter der Bezeichnung Satsuma.

Verbreitung:

Die Clementine zählt wie die Satsuma (*Citrus × aurantium*) und auch die Ovale Kumquat (*Fortunella margarita*) zu den kältetolerantesten Zitruspflanzen. Diese relative Kältetoleranz hat unter anderen dazu geführt, dass der Clementinen Anbau in Florida nach verschiedenen Frostereignissen, die die traditionellen Orangenkulturen schwer in Mitleidenschaft gezogen hatten, ausgebaut wurde. Diese Kältetoleranz ist übrigens auch der Grund, weshalb in Frankreich die Clementine die einzige wirtschaftlich bedeutende Agrumenkultur ist. Orangenanbau und Bitterorangen-zucht haben dagegen kaum noch eine ökonomische Relevanz für die Agrumenkultur in Frankreich.

Die Clementine wird übrigens in Südeuropa, Nordwestafrika und Florida kultiviert.

So backt Großburgwedel

Mohn-Apfelkuchen (mit Bild)

Menge: 1 Blech

Teig:

175 Gramm Margarine

100 Gramm Zucker

4 Teelöffel Vanillezucker

3 Eier

Alle Zutaten in einer Rührschüssel schaumig rühren

300 Gramm Mehl

2 Teelöffel Backpulver

Das Mehl verrühren Sie mit dem Backpulver und rühren das Gemisch unter den Teig. Den Teig verteilen Sie bitte gleichmäßig auf dem Backblech.



Füllung:

1000 ml Milch

3 Päckchen Vanille-Puddingpulver

Den Pudding nach Packungsanweisung kochen und kaltstellen.

8 Äpfel

schälen, entkernen und in Scheiben schneiden.

1 Zitrone

Auspressen und die Apfelscheiben mit dem Saft beträufeln. Die Apfelscheiben gleichmäßig auf dem Teig verteilen.

3 Esslöffel Zucker

6 Eier

2 Tüten Mohnback

Diese Zutaten untereinander vermischen und in den Pudding einrühren. Die Füllung über die Äpfel geben.

Streusel:

200 Gramm Butter

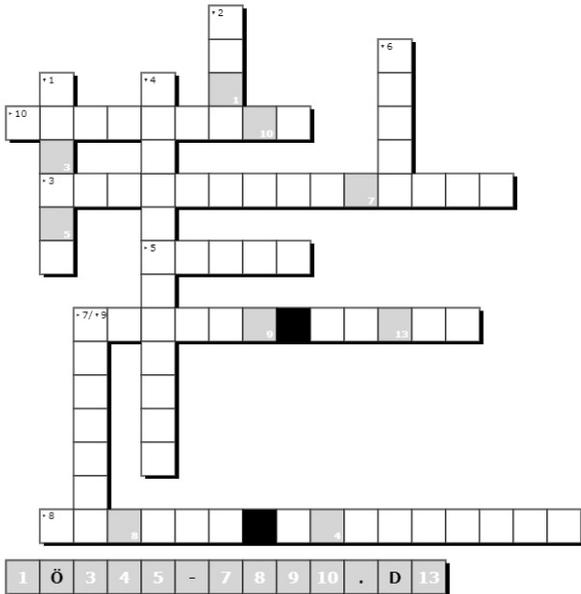
275 Gramm Mehl

150 Gramm Zucker

2 Teelöffel Vanillezucker

Alle Zutaten zu Streuseln verkneten und gleichmäßig über die Mohnmasse verteilen. Bei 175 Grad Celsius (Umluft) oder 155 Grad Celsius (Heißluft) im vorgeheizten Backofen etwa 60 Minuten backen.

Kreuzworträtsel



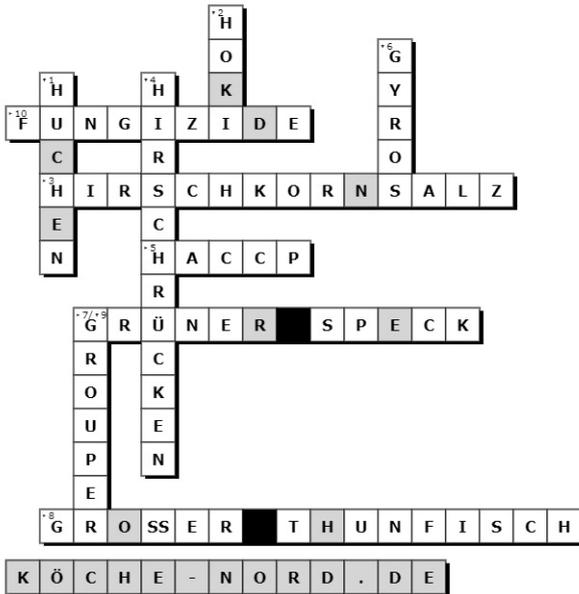
1. Diese Tiere sind Süßwasserfische, auch Donaulachs. Sie haben eine Länge von etwa 100-120 Zentimetern und sind bis zu 30-35 Kilogramm schwer (Verzehrgewicht 2-4 Kilogramm). Die Fische leben nur in der Donau und deren Nebenflüssen. Ihr Fleisch ist sehr schmackhaft. Sie werden gebacken, gebraten, gedünstet oder gegrillt zubereitet.
2. Anderes Wort für blauer Seehecht
3. Anderes Wort für ABC-Trieb.
4. Dieses Stück des Tieres wird im Ganzen gebraten. Achtung: es sollte mit einem Metallspieß stabilisiert werden, damit er nicht verbiegt.
5. Abkürzung für Hazard Analysis of Critical Control Points.
6. Es (Kreisel, Runde, gedrehter Grillspieß) bezeichnet eine griechische Zubereitungsart für Fleisch und ist dem türkischen Döner Kebab sehr ähnlich. Für die Zubereitung des klassischen Gerichtes werden altüberlieferte Fleischstücke vom Schwein verwendet.
7. Diese Zutat ist unbehandelter frischer Speck aus dem Schweinerücken. Sie wird zum Bardieren und Spiecken verwendet.
8. Anderes Wort für roter Thunfisch.
9. Anderes Wort für Zackenbarsch.
10. Es sind Wirkstoffe, die Pilze abtöten. Sie werden für die Schädlingsbekämpfung verwendet.

Ein Kreuzworträtsel für Köche das wir mit Hilfe unseres kostenlosen Lebensmittel Lexikon (<https://forum.köche-nord.de/viewforum.php?f=150>) gemacht und kostenlos für Sie bereit gestellt haben !

Mfg Marcus Petersen-Clausen von Köche-Nord.de

Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator <https://www.xwords-generator.de/>

Kreuzworträtsel Lösung



1. Diese Tiere sind Süßwasserfische, auch Donaulachs. Sie haben eine Länge von etwa 100-120 Zentimetern und sind bis zu 30-35 Kilogramm schwer (Verzehrgewicht 2-4 Kilogramm). Die Fische leben nur in der Donau und deren Nebenflüssen. Ihr Fleisch ist sehr schmackhaft. Sie werden gebacken, gebraten, gedünstet oder gegrillt zubereitet.
2. Anderes Wort für blauer Seehecht
3. Anderes Wort für ABC-Trieb.
4. Dieses Stück des Tieres wird im Ganzen gebraten. Achtung: es sollte mit einem Metallspieß stabilisiert werden, damit er nicht verbiegt.
5. Abkürzung für Hazard Analysis of Critical Control Points.
6. Es (Kreisel, Runde, gedrehter Grillspieß) bezeichnet eine griechische Zubereitungsart für Fleisch und ist dem türkischen Döner Kebab sehr ähnlich. Für die Zubereitung des klassischen Gerichtes werden altüberliefert Fleischstücke vom Schwein verwendet.
7. Diese Zutat ist unbehandelter frischer Speck aus dem Schweinerücken. Sie wird zum Bardieren und Spiecken verwendet.
8. Anderes Wort für roter Thunfisch.
9. Anderes Wort für Zackenbarsch.
10. Es sind Wirkstoffe, die Pilze abtöten. Sie werden für die Schädlingsbekämpfung verwendet.

Ein Kreuzworträtsel für Köche das wir mit Hilfe unseres kostenlosem Lebensmittel Lexikon (<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=150>) gemacht und kostenlos für Sie bereit gestellt haben !

Mfg Marcus Petersen-Clausen von [Köche-Nord.de](https://www.koeche-nord.de)

Erstellt mit XWords - dem kostenlosen Online-Kreuzworträtsel-Generator <https://www.xwords-generator.de/>

Netzfund:

Vogelgnadenhof und Altenheim für Tiere

IBAN:

BIC / SWIFT:DE94 1208 0000 4043 5685 00
DRESDEFF120

Herta BSC Berlin

Deutsche Bank Berlin

Konto 066 66 69

BLZ 100 700 00

BIC: DEUTDEBBXXX

IBAN: DE53 1007 0000 0066 6669 00

Übrigens:

Dieses Magazin wurde mit Scribus (einer kostenlosen Software mit der Sie Zeitungen gestalten können) gestaltet! Wir haben das Magazin nach der Anleitung unter <https://dienonprofitkiste.de/einstieg-in-scribus/> gemacht, es ist noch nicht ganz perfekt, aber wir arbeiten daran. Außerdem hat uns <https://www.pfarrbriefservice.de> bei unserem kostenlosem Magazin angeregt. Bei Pfarrbriefservice.de können Sie kostenlose Scribus-Vorlagen downloaden !

Dieses Dokument ist Lizenziert unter
der Creative Common Lizenz BY-SA 3.0.



Außerdem:

Unser Newsletter (Köche-Nord.de) erscheint monatlich und enthält die Zutaten der Saison sowie passende Rezeptideen.

<https://cutt.ly/vwVICOW>

Geben Sie Ihr Feedback, Anregungen und Kritiken bitte im Forum unter SmallTalk ein !

<https://forum.koeche-nord.de/viewforum.php?f=56>

Eine Kochseite von Köche-Nord.de mit Kochforum



Auf [Köche-Nord.de](https://www.koeche-nord.de) vereinen sich Tradition und Moderne. In unserem Kochforum finden Sie die verschiedensten Kochrezepte, Interessierte können sich gerne beteiligen, Beiträge sind jederzeit willkommen. Wir haben schon ca. 38.000 Kochrezepte in unserem Forum Online. Außerdem haben wir einen Gemeindebrief (Newsletter), der Ihnen einmal im Monat die Rezepte der aktuellen Saison aus unserem Forum empfiehlt, einen Saisonkalender und auch einen Kalender für essbare Wildkräuter. Dazu bieten wir außerdem ein kostenloses Lebensmittellexikon (als PDF-Version) zum Download an.

Rezepte aus Hamburg
Rezepte aus Mecklenburg-Vorpommern
Gerichte aus Niedersachsen
Kochrezepte aus Schleswig-Holstein
Spezialitäten aus Bremen
Rezepte aus Burgdorf

Aufstrich
Beilagen Rezepte
Brot Rezepte
Chinesische Rezepte
Desserts, Nachspeisen
Eierspeisen

Eintöpfe, Aufläufe
Exotisches
Flammkuchen
Fischgerichte
Fleischgerichte
Fleischlos glücklich (Christen kochen sich vegetarisch um die Welt)

Geflügelgerichte
Alkoholfreie Getränke
Alkoholische Getränke
Gewürze
Grundlagen, Informationen von den Küchenmeistern

Italienische Küche (Pizza und mehr)
Kartoffel-, Gemüsegerichte
Kamelle
Kuchen, Gebäck, Pralinen
Käsegerichte
Marmeladen

Mehlspeisen, Nudeln
Mellendorfer Rezepte (Wedemark/Raum Hannover)
Mexikanische Rezepte (aus der Wedemark/Raum Hannover)
Menüs
Pasteten, Terrinen
Pilzrezepte
Reisgerichte

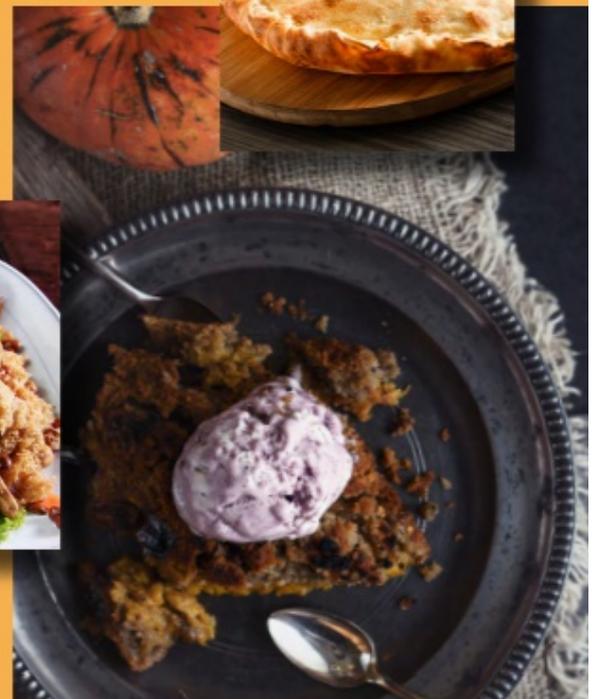
Salate
Saucen, Marinaden
Rezepte aus dem Sauerland (für Friedrich Merz)
Sonstiges
Spanische Rezepte
Syrische Rezepte
Uckermark Rezepte

Vegane Rezepte von www.animalequality.de
Vegetarisches
Vorspeisen, Suppen

Die geheimen McDonalds-Rezepte
Die geheimen Burger King-Rezepte
Fitness-Rezepte (Sport + Rezepte)
Kochen mit Hartz IV
Essbare Wildpflanzen

Chia Samen Rezepte

Unsere kostenlosen Kochbücher finden Sie unter <https://xn--koeche-nord-07a.de/kochbuecher.html>



www.koeche-nord.de

[f Koch.Mellendorf/](https://www.facebook.com/Koch.Mellendorf/)