

# Buttermilch Waffeln – dick, weich und fluffig



## Für ca. 6 Stück :

125 gr Butter  
125 gr Zucker  
2 geh.TL selbstgemachter Vanillezucker  
(alternativ 2 Pö.Vanillinzucker)  
3 Eier  
180 gr Buttermilch  
250 gr Mehl  
2 TL (Weinstein-) Backpulver  
 $\frac{1}{2}$  TL Natron

## Zubereitung im Thermomix :

Butter , Zucker, Vanillezucker und die Eier in den Mixtopf geben und **20 Sek. / Stufe 5** verrühren.

Restliche Zutaten zufügen und **10 Sek. / Stufe 7** zu einem Teig verarbeiten. Eventuell einmal mit dem Spatel alles nach unten schieben und nochmals kurz verrühren lassen.

Ohne Thermomix :

Butter, Zucker und Vanillezucker schaumig rühren. Die Eier einzeln dazugeben und jeweils gut verrühren.

Mehl mit Backpulver und Natron mischen. Das Mehlgemisch abwechselnd mit der Buttermilch zur Zucker-Butter-Ei-Masse geben und kurz unterarbeiten.

Nicht zu lange, damit der Teig nicht zu zäh wird.

Je nach Gerät die Waffeln jeweils in ca. 4 Minuten backen.

Nach Geschmack und Belieben kann man dem Teig noch einen Schuß Rum oder etwas abgeriebene Zitronenschale beifügen.



Rezept drucken : Buttermilch Waffeln

---

## Käsekuchen ohne Boden – locker und leicht

Manchmal bringt langes Warten auch etwas Gutes mit sich. So habe ich beim Durchblättern einer Zeitschrift im Wartezimmer dieses Rezept entdeckt und gleich mit dem Handy ein Foto davon gemacht. Auf dem Heimweg konnte ich so gleich alle Zutaten

besorgen und am Wochenende Familie und Freunde mit diesem sommerlich, leichten Kuchen begeistern.

Da er weder Fett noch Mehl enthält ist er nicht so mächtig wie herkömmlicher Käsekuchen.



**Für eine 26 cm Springform :**

**1 Biozitronen – Schale abreiben, Saft auspressen**

**5 Eier (L) , Eiweiß und Eigelb getrennt**

**500 gr Magerquark**

**500 gr Schmand**

**225 gr Zucker**

**100 gr Weichweizengrieß**

**1 Vanilleschote, das ausgekrazte Mark oder 1 TL Vanillepaste**

Den Backofen auf 200 °C Ober- / Unterhitze vorheizen.

Eiweiß mit einer Prise Salz und einem Spritzer Zitronensaft sehr steifschlagen. Zum Schluß 125 gr Zucker einrieseln lassen, bis eine feste, glänzende Masse entsteht.

Kühl stellen.

Quark, Schmand, Eigelb, 100 gr Zucker, Grieß, Vanille, Zitronensaft, Zitronenschale glatt rühren.

Den Eischnee vorsichtig unter die Quarkmasse heben und gleichmäßig einarbeiten.

Den Boden der Springform mit Backpapier auslegen und die Teigmasse einfüllen.

Auf mittlerer Schiene 25 Minuten backen lassen.

Danach mit Backpapier abdecken und bei 150 °C weitere 20 Minuten backen lassen.

Ofen ausschalten und bei leicht geöffneter Türe 30 Minuten ruhen lassen.

Herausnehmen und in der Form vollständig abkühlen lassen ( so fällt er später nicht zusammen).

Mit einer Fruchtsauce servieren.

Hierfür z.B. 300 gr (gefrorene) Himbeeren oder Erdbeeren in einem Topf erwärmen, evtl. mit etwas (Puder-, Vanille-) Zucker süßen und pürieren.



Am gleichen Tag serviert schmeckt er fast wie ein Soufflee. Durchgekühlt am nächsten

Tag ist er erfrischend.



Druckversion : Käsekuchen ohne Boden

---

## Frühstücks-Muffins mit Haferflocken, Bananen und Joghurt – ohne Mehl, Butter, Öl

Beim Blog surfen kommt man ja quasi „von Hölzchen auf Stöckchen“ und so bin ich irgendwann bei „Chase&Emi“ in Californien hängen geblieben.

Muffins sind bei Groß und Klein stets sehr beliebt. Wenn sie dann auch noch aus gesunden Zutaten bestehen, ist das Gewissen auch nicht ganz so schlecht !



Das tolle bei diesen Muffins ist, dass sie komplett ohne Mehl und zusätzliches Fett wie Butter oder Öl auskommen. Trotzdem sind sie saftig.

**Für 12 Stück :**

**210 gr kernige Haferflocken**

**250 gr Naturjoghurt**

**2 Eier**

**130 – 150 gr Zucker (oder entsprechendes Süßungsmittel nach Wahl)**

**2 reife Bananen**

**1,5 TL (Weinstein-) Backpulver**

**1/2 TL Natron**

**1 TL selbstgemachter Vanillezucker**

Ofen vorheizen.

Im original Rezept werden 205 °C empfohlen mit einer Backzeit von 15 – 20 Minuten.

Ich habe bei 180°C Ober-/Unterhitze 35 Minuten gebraucht.

UNBEDINGT Stäbchenprobe machen, d.h. mit einem Holzstäbchen (Schaschlikstäbchen, Zahnstocher) in die Mitte eines Muffins stechen und erst wenn das Stäbchen „sauber“

(ohne Teigreste) herauskommt aus dem Ofen nehmen.



Alle Zutaten in den Thermomix oder einen anderen Mixer geben.

Beim Thermomix ca. **1,5 Minuten / Knetstufe** wählen. Bei einem anderen Mixer die Masse so lange sanft verrühren lassen, bis ein geschmeidiger, recht flüssiger Teig entstanden ist. Die Haferflocken können teilweise ruhig noch zu erkennen sein.

*Wer nicht so viel „Biss“ haben möchte, sollte die Haferflocken vorher im Mixer mahlen und dann erst die übrigen Zutaten zufügen.*

Eine Muffinform mit Papierförmchen auslegen und den Teig gleichmäßig darin verteilen. Auf der mittleren Schienen im Ofen backen (Zeiten siehe oben).



Di

e Muffins aus der Form nehmen, etwas abkühlen lassen und lauwarm genießen. Bei Bedarf können sie später auch nochmal im Ofen kurz aufgewärmt werden.

Kalt schmecken sie aber auch noch !

Am Wochenende eine schöne Überraschung auf dem Frühstückstisch. Außerdem lockt der Duft auch die Langschläfer aus den Betten !

Druckversion : Frühstücks-Muffins-mit-Haferflocken-Bananen-und-Joghurt

---

## Zitronenkuchen

Zitronenkuchen gehört unbedingt mit zu den schönen Kindheitserinnerungen, die sicherlich viele andere auch kennen. Früher gab es oftmals zum Geburtstag entweder einen Sand- oder Zitronenkuchen in Kastenform.



**Für 1 Blech oder 1 große rechteckige Springform oder 20 Muffins :**

**350 gr Butter**

**350 gr Zucker**

**350 gr Mehl**

**6 Eier**

**2 Bio Zitronen**

**2 geh. TL selbstgemachter Vanillezucker (alternativ 2 Pä. Vanillinzucker)**

**1 Pä. (Weinstein-) Backpulver**

**250 gr Puderzucker**



Den Backofen auf 150°C vorheizen.

Butter, Zucker und Vanillezucker mit der Küchenmaschine schaumig rühren. Nach und nach die Eier einzeln gut unterrühren.

Die Schale einer Bio-Zitrone fein reiben und zufügen. Die Zitrone auspressen und den Saft dazugeben.

Mehl mit Backpulver mischen und einrühren.

Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes hohes Backblech (bzw. Springform) streichen oder in zwei mit Papierförmchen ausgekleideten Muffinformen (12-er) verteilen.

Muffins brauchen ca. 25 – 30 Minuten, ein Backblech länger.

Unbedingt Stäbchenprobe machen. Für ein Backblech habe ich auch schon mal 50 Minuten gebraucht.

Die zweite Zitrone fein abreiben und auspressen. Den Saft mit dem Puderzucker und der abgeriebenen Zitronenschale zu einem glatten, dickflüssigen Zuckerguss verrühren. Nach Belieben mit Lebensmittelfarbe colorieren.



Den vollständig ausgekühlten Kuchen mit Zuckerguss überziehen und mit bunten Perlchen oder Streuseln dekorieren.



Druckversion : Zitronenkuchen

Quelle : Chefkoch

---

## **knusprige Plätzchen zum Ausstechen – ideal für Kinder**

Die Vorweihnachtszeit beginnt und damit auch die gemütlichen Nachmittage, an denen gemeinsam leckere Kekse gebacken werden.

Dieser Teig ist ein altes Familienrezept einer lieben Freundin und lässt sich hervorragend verarbeiten. Er klebt nicht und Kinder können sich daran nach Herzenslust als große Plätzchenbäcker auslassen.

r ca. 4 – 5 Backbleche :

750 gr Mehl, 405

250 gr Zucker

250 gr Butter

3 Eier

2 TL selbstgemachter Vanillezucker ( ansonsten 2 Päckchen Vanillinzucker)

8 gr Hirschhornsalz

Den Backofen auf 180 °C Ober- / Unterhitze vorheizen.

Die Butter mit dem Zucker und dem Vanillezucker schaumig schlagen. Die Eier nacheinander unterrühren.

(Benutzt man eine Küchenmaschine sollte man den Schneebesen nun gegen den Knethaken austauschen.)

Das gesiebte Mehl zusammen mit dem Hirschhornsalz zufügen und zu einem geschmeidigen Teig kneten lassen.

[WWW.KOCHEN-BASTELN.DE](http://WWW.KOCHEN-BASTELN.DE)

Den Teig mit den Händen zu einer großen Kugel formen und gut abgedeckt über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen. Ca. 1,5 Stunden vor dem Verarbeiten aus dem Kühlschrank nehmen.



Den Teig in breite Scheiben schneiden, etwas mit den Händen weich kneten und auf einer leicht bemehlten Unterlage ca. 3 – 4 mm dick ausrollen.

Die ausgestochenen Plätzchen mit etwas Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und ca. 13 Minuten backen.

Nach Belieben die abgekühlten Plätzchen mit Zuckerguß und Streuseln dekorieren.



Nett verpackt freuen sich auch andere über so ein Mitbringsel.



Druckversion : Knusprige Ausstechplätzchen

---

## Ricotta-Vanille Kuchen

Zum ersten Mal ausprobiert und schon in meinen Ordner für „Lieblingsrezepte“ gewandert ist heute dieser saftige, fluffige Ricotta-Vanille Guglhupf.



**Fü**

**r einen Guglhupf :**

**350 gr Mehl**

**200 gr Zucker**

**250 gr Butter**

**250 gr Ricotta**

**4 Eier**

**2 TL Backpulver**

**1 geh. TL Vanillepaste (oder das Mark einer Vanilleschote)**

**1 Pä. echten Vanillezucker**

**1 EL Rum (Pott 54 % )**

**Puderzucker zum Bestäuben**

Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Butter und Zucker schaumig rühren, Vanille und Vanillezucker zufügen. Die Eier einzeln, nacheinander unterrühren.

Ricotta und Rum einrühren.

Mehl mit Backpulver mischen und dazugeben, alles zu einem geschmeidigen Teig vermengen.

Den Teig in eine gefettete Guglhupfform (oder kalt ausgespülte Silikon Guglhupfform) füllen und ca. 50 Minuten backen lassen. Stäbchenprobe machen.

Den ausgekühlten Guglhupf mit Puderzucker bestäuben.



Di

e Vanillepaste und der echte Vanillezucker verhelfen diesem Rührkuchen zu einem wohligen, vanilligen Geschmackserlebnis.

Am nächsten Tag soll er sogar noch ein bisschen besser schmecken – also läßt er sich sehr gut vorbereiten und für ein Picknick einpacken.

Quelle : chefkoch

---

## Nudel Muffins

Obwohl der Begriff „Reste-Muffin“ es eigentlich eher treffen würde.



**Für 6 kleine Auflauf-/Souffleförmchen :**

**2 Eier**

**1 TL Salz**

**Pfeffer**

**Paprikapulver, scharf**

**1 (rote) Zwiebel, in feine Würfel geschnitten**

**1 Becher Schmand, 200gr**

**50 gr. Schinkenwürfel, geräucherter Katenschinken**

**etwas geriebenen Käse, z.B. Emmentaler**

**gekochte Nudeln (vom Vortag)**

**Butter für die Förmchen**

Ofen auf 180°C Ober-/ Unterhitze vorheizen

Die Eier mit den Gewürzen verquirlen. Den Schmand unterrühren.

Speck, Zwiebeln und Nudeln dazu geben und gut vermengen.

Die Förmchen mit etwas Butter gut einfetten und die Nudel-Schmandmasse einfüllen.

Mit etwas geriebenem Käse bestreuen und ca. 30 Minuten backen lassen.



Di

ese kleinen, herzhaften Muffins schmecken warm und kalt.

Ob mit einem Salat zum Mittagessen, als Snack zwischendurch oder für's Picknick.

Das Gericht ist ein dankbarer Resteverwerter. Alles, was von anderen Zubereitungen übrig geblieben ist, lässt sich hier wunderbar zusammenrühren. Kleinste Mengen reichen dafür schon.

Statt Nudeln könnte ich mir auch in Scheiben geschnittene, gekochte Kartoffeln vorstellen.

Statt Schmand geht sicherlich auch Sahne, Creme fraiche, Milch, Saure Sahne, Ricotta.

Knoblauch, Gemüsereste (Paprika, Zucchini, Erbsen, etc.) frische Kräuter sind auch eine tolle Ergänzung.

