

**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 Kreuzworträtsel sind auch dabei) !



Ihr Marcus Petersen-Clausen

Inhaltsverzeichnis

- Seite 2 - So kocht Hannover
- Seite 3 - Vorspeisen
- Seite 4 - Getränke
- Seite 5 - Desserts, Nachspeisen
- Seite 6 - Zwischendurch: ein Gebet !
- Seite 7 - Müsli
- Seite 8 - Witze von Witzeschmiede.de
- Seite 9 - Auszug aus unserem Lebensmittel Lexikon
- Seite 10 - So backt Großburgwedel
- Seite 11 - Kreuzworträtsel für Köche
- Seite 12 - Kreuzworträtsel 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.

(c) 2024 Marcus Petersen-Clausen

(c) 2024 Köche-Nord.de

So kocht Hannover

Waterzooi

Angeregt von Sebastian Pocognoli (war mal bei Hannover 96 tätig)

Menge: 4 Portionen

1 Kilogramm Hühnerfleisch (Flügel, Brüste und Keulen)

4 Eigelb (Größe M)

250 Gramm Möhren

500 Gramm Kartoffeln

250 Gramm Knollensellerie

3 Stängel Petersilie

1 Knollen Petersilie

2 Stangen Lauch

1 Zwiebel

100 Milliliter Sahne

1 Liter Hühnerbrühe

50 Milliliter Speiseöl

4 Esslöffel Zitronensaft

eventuell 1 Prise Zucker



Die Kartoffeln schälen und abwaschen. Die Zwiebel würfeln und je 150 Gramm Möhren und Sellerie stifteln. Das restliche Gemüse in grobe Teile schneiden.

Die Hähnchenteile von allen Seiten scharf im Öl anbraten. Das Fleisch anschließend aus der Pfanne nehmen und in der gleichen Pfanne das grob zerteilte Gemüse andünsten. Das Fleisch auf das Gemüse legen und mit der Hühnerbrühe angießen. Danach die Petersilienstängel, etwas Salz und Pfeffer zugeben und etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Kartoffeln und Möhrenstifte in Salzwasser kochen (für den besseren Geschmack der Möhren eventuell eine Prise Zucker zugeben).

Die Hähnchenteile warm stellen und die Hühnerbrühe in einen Topf sieben. 2-3 Esslöffel der Brühe mit der Sahne und dem Eigelb verrühren, diese Masse danach in die Brühe einrühren und alles mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Die Hähnchenteile zum Schluss mit den Kartoffeln, den Gemüsestiften und der Sauce servieren.

Arbeitszeit: etwa 30 Minuten

Schwierigkeitsgrad: normal

Vorspeisen, Suppen

Scharfe Venusmuscheln

Menge: 2 Portionen

- 1 Kilogramm Venusmuscheln
- 1 Esslöffel Austernsauce
- 1 Esslöffel helle Sojasauce
- 3 Knoblauchzehen, grob geschnitten
- 1 Chilischote, rot und/oder grün
- 1 Handvoll Basilikum (Thai-Basilikumblätter oder normales)
- 2 große Schalotten, fein gewürfelt
- 2 Esslöffel Öl (Sonnenblumenöl)

Für uns mal eine ganz andere tolle Muschelvariante! Leicht und schnell gemacht. Sie eignet sich als Vorspeise. Als Hauptgericht serviert, erhöht sich die Menge der Zutaten um etwa 1/3 bis 1/2.

Die Venusmuscheln waschen und gut abtropfen lassen. Die Chilischoten entkernen, in feine Streifen schneiden, den Knoblauch schälen und in relative grobe Stücke schneiden. Anschließend die Schalotten schälen und fein würfeln.

Nun einen Wok erhitzen und das Öl hinzugeben. Sobald es leicht zu rauchen beginnt, die Muscheln, die Schalotten, die Chilischoten und den Knoblauch in den Wok geben und 5-6 Minuten unter ständigem Rühren braten.

Die Austern- und die Sojasauce zugeben und für weitere 2 Minuten unter ständigem Rühren garen lassen. Zum Schluss das Basilikum drüber verteilen und heiß servieren!

Dazu können Sie ein Baguette reichen.

ACHTUNG:

Muscheln, die sich nicht geöffnet haben, müssen Sie entsorgen!

Arbeitszeit: etwa 15 Minuten

Koch-/Backzeit: etwa 8 Minuten

Schwierigkeitsgrad: simpel

Getränke

Thai-Kaffee (alkoholfrei)

Menge: 1 Tasse

1/5 Liter starker, heißer Kaffee

1 Esslöffel Kokossirup

1 Esslöffel süße Sahne

Schlicht und ergreifend alle drei Zutaten gut verrühren. Schmeckt als Nachtisch nach einem guten Essen gleichermaßen wie an einem verregneten Sonntagnachmittag als Seelentröster.

Campari-Cocktail "Passion Flower"

Menge: 4 Gläser

320 Milliliter Campari

320 Milliliter trockener Weißwein

8 Zentiliter Maracujasaft

Campari mit Weißwein, Maracujasaft und Eiswürfel im Shaker schütteln. In Gläser geben. Mit Früchten garnieren.

Desserts, Nachspeisen

Fruchtbecher

Menge: 4 Personen

250 Gramm Mascarpone

50 Gramm Zucker

200 Gramm Dosen-Pfirsiche

1 Esslöffel Cointreau

100 Gramm Amarettini

Den Mascarpone mit dem Zucker und dem Likör vermischen. Die Pfirsiche in Scheiben schneiden und die Amarettini zerbröseln. Die Pfirsich-Scheiben in einen Eisbecher geben, die Amarettini dazugeben und mit einigen Löffeln Mascarponecreme bedecken. Weiter in dieser Weise Schichten bilden bis alles aufgebraucht ist und bis zum Servieren im Kühlschrank aufheben.

Unser Musiktipp:

Die Toten Hosen - Bonnie & Clyde

<https://youtu.be/JaR4RQAE2fc>

Pöbel & Gesocks-Wir sind Punks

<https://youtu.be/RQIWL4cqUoo>

Motörhead - Enter Sandman

<https://youtu.be/hF9Gr5waAJg>

Zwischendurch: ein Gebet !

Aus tiefster Verzweiflung

O Herr, aus tiefster Verzweiflung rufe ich zu Dir!
Bitte höre mich an, Herr!
Lass Deine Ohren achten auf mein lautes Flehen!
Wenn du, o Herr, jedes Vergehen gnadenlos anrechnest,
wer kann dann vor Dir bestehen?
Doch bei Dir ist Vergebung,
dass man in Ehrfurcht Dir diene.

Ich setze meine ganze Hoffnung auf den Herrn;
es hofft meine Seele,
ich harre auf Sein Wort.
Ja, ich warte voller Sehnsucht auf den Herrn,
mehr als die Wächter auf den Morgen!
Erwarte Volk Israel den Herrn,
setze deine Hoffnung auf Ihn!
Denn beim Herrn ist die Liebe,
er erlöst ganz und gar!
Ja, er wird Israel
von aller Schuld erlösen.

Zu diesem Schritt wurde ich durch einen Klosterbesuch
in der **Abtei-kornelimuenster.de** angeregt.

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



Müsli

Knusper-Müsli "Köche-Nord-Style"

Menge: 2 Portionen

50 Gramm Müslimischung nach eigener Wahl
10 Gramm gehobelte Mandeln
200 Gramm frische Beeren (zum Beispiel Erdbeeren, Himbeeren und Heidelbeeren)
1 Esslöffel Zucker (oder Stevia)
1 Esslöffel Zitronensaft
200 Gramm Speisequark (10 % Fett)
4 1/2 Esslöffel Holunderblütensirup
Das Mark einer halben Vanilleschote

Die Müslimischung in einer heißen Pfanne zusammen mit den Mandeln, jedoch ohne Fett, unter Rühren 2-3 Minuten schwach anrösten. Danach das Müsli auf einem Backblech oder großen Teller zum Erkalten ausbreiten.

Währenddessen die Beeren putzen, spülen, trocknen und entstielen. Die Erdbeeren zusätzlich vierteln. Die vorbereiteten Beeren mit dem Zucker (oder Stevia) und dem Zitronensaft mischen und zur Seite stellen.

Anschließend den Quark mit dem Holunderblütensirup und dem Vanillemark in einer großen Schüssel glattrühren. Beim Anrichten erst die Beeren in zwei Gläser verteilen, dann den Quark darauf schichten. Zum Schluss die Mandel-Müsli-Mischung darauf streuen und servieren.

Unser Tipp:

Wenn Sie die Mandeln und das Müsli auf Vorrat rösten, ersparen Sie sich die Abkühlzeit.

Zubereitungszeit: etwa 20 Minuten ohne Abkühlzeit

Pro Portion:

Eiweiß: 16 Gramm

Fett: 8 Gramm

Kohlenhydrate: 60 Gramm

Kilojoule: 1599

Kcal: 382

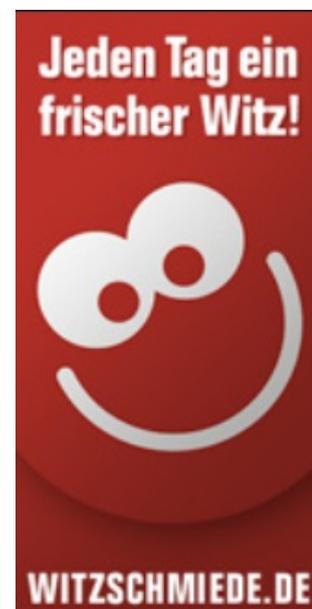
Witze von Wirtzeschmiede.de

Ein Enkel besucht seinen Opa im Krankenhaus. Er fragt ihn: "Und wie ist das Essen?" - "Könnte nicht besser sein." - "Und wie sind die Schwestern?" - "Oh toll. Die kümmern sich ganz lieb um mich. Jeden Abend bekomme ich heiße Schokolade und eine Viagra. Dann schlafe ich bis sieben Uhr." - "Viagra?", fragt der Enkel entsetzt. Daraufhin geht dieser zur Oberschwester und fragt nach, ob das denn stimme. Darauf antwortet die Oberschwester: "Ja klar! Mit der Schokolade kann er super einschlafen und mit dem Viagra rollt er nicht aus dem Bett!"

Die alte Dame hebt am Bankschalter ihr ganzes Geld ab. Nach zehn Minuten kommt sie wieder und zahlt alles wieder ein. "Warum haben Sie denn das Geld überhaupt abgehoben?", will der Kassierer wissen. Da antwortet die Dame empört: "Man wird doch schließlich mal nachzählen dürfen!?!"

Ein Österreicher, ein Holländer und ein Deutscher wurden in Saudi-Arabien beim Alkohol trinken erwischt und erhielten für ihr Vergehen 100 Stockhiebe auf den Rücken. Der König wollte aber ein wenig Gnade walten lassen und gewährte jedem der Verurteilten einen Wunsch. "Bindet mir ein Polster auf den Rücken", wünschte sich der Österreicher. Nach 25 Stockhieben zerriss das Polster und die restlichen 75 bekam er auf den blanken Rücken. "Bindet mir zwei Polster auf den Rücken", bat der Holländer. Nach 50 Stockhieben zerriss auch das zweite Polster und die restlichen 50 bekam er auf den blanken Rücken. Der Deutsche sagte zum König: "Ich hätte gerne zwei Wünsche!" Da der König ein großer Fußballfan war und die Deutschen vor kurzem erst wieder einmal Weltmeister geworden waren, gewährte er diesen Wunsch. "Und was sind deine zwei Wünsche?", wollte der Regent wissen. "Ich möchte gerne 200 Stockhiebe!", verriet der Deutsche. "Und was ist dein zweiter Wunsch?", fragte der König erstaunt. Da erwiderte der Deutsche: "Bindet mir den Holländer auf den Rücken!"

Was sind die drei Feinde des Programmierers? -
Sonnenlicht, Frischluft und das unerträgliche Gebrüll der Vögel.



Auszug aus unserem Lebensmittel Lexikon

Cherrytomate

Die Cherrytomaten (oft auch Kirschtomaten genannt) haben sehr kleine Früchte, die nur bis zu 20 Gramm wiegen. Cherrytomaten sind meistens sehr süß. Die Früchte können rund, oval oder auch länglich sein. Sie existieren in verschiedenen Farbvariationen. Neben roten Cherrytomaten gibt es übrigens auch gelbe („Yellow Spring“) und orangene („Sunny Gold“) Varianten. „Primavera“ ist eine runde samenfeste Cherrytomaten-Sorte. Sorten mit ovalen Früchten wie „Ovalino“ werden auch oft als Datteltomaten bezeichnet. Die „Heartbreaker's Vita“ weist dekorative, herzförmige Früchte auf. Es existieren außerdem auch besonders süße Cherrytomaten, die vor allem für den Verzehr durch Kinder gedacht sind und dementsprechend als Kindertomaten oder Naschtomaten bezeichnet werden.

Chile-Erdbeere

Die Chile-Erdbeere (*Fragaria chiloensis*) ist eine Pflanze aus der Familie der Rosengewächse. Diese Art der Erdbeeren ist übrigens in mehreren Unterarten an der nordamerikanischen und südamerikanischen Pazifikküste verbreitet und außerdem eine der Elternarten der heutigen Gartenerdbeere (*Fragaria × ananassa*).

Chinesische Eiernudeln

Chinesische Eiernudeln beziehungsweise Mie-Nudeln sind Nudeln aus Weizenmehl, die den italienischen Spaghetti sehr ähneln, jedoch kräftiger schmecken und auf Grund ihrer Länge natürlich zu einem Block zusammengelegt werden.

Chinesische Lampionpflanze

Die Lampionblume (*Physalis alkekengi*) ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Blaskirschen (*Physalis*) in der Familie der Nachtschattengewächse (*Solanaceae*). Der Trivialname Lampionblume leitet sich übrigens von dem lampionartigen Blütenkelch ab, der die Frucht umgibt und der zu der Reifezeit intensiv gefärbt ist. Die Lampionblume wird zuweilen als Zierpflanze verwendet.

So backt Großburgwedel

Käsekuchen (mit Bild)

Menge: 1 Blech

Teig:

140 Gramm Margarine

140 Gramm Zucker

2 Eier (Größe M)

2 Teelöffel Vanillezucker

Alle Zutaten schaumig rühren

300 Gramm Mehl

Das Mehl unter die Zutaten rühren und den Teig gleichmäßig auf dem Backblech verteilen

1000 Gramm Quark

200 Gramm Zucker

2 Päckchen Vanillepudding

4 Teelöffel Vanillezucker

Dem Saft einer Zitrone

750 Milliliter Milch

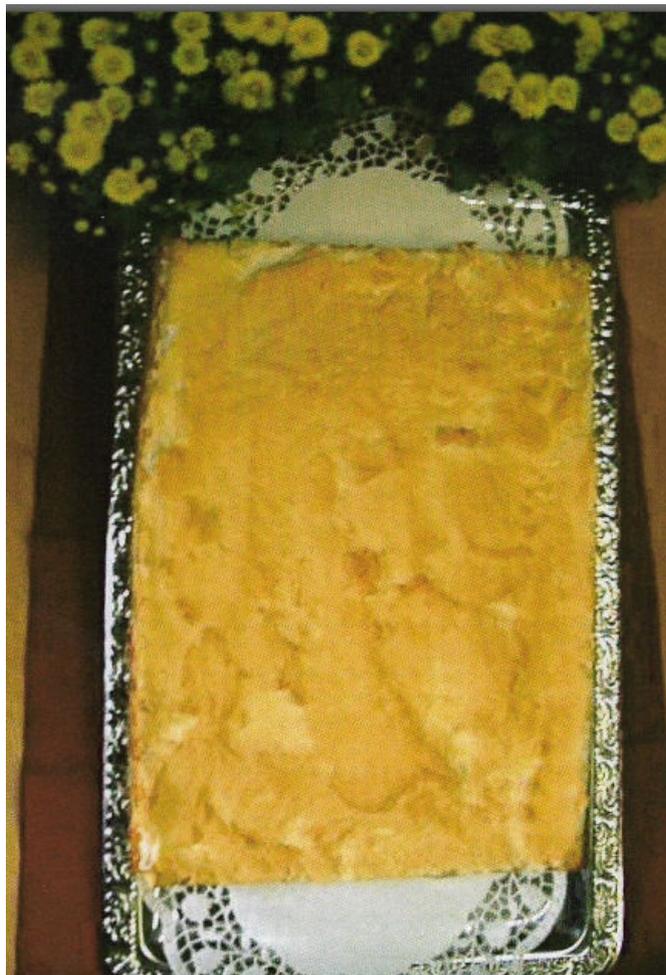
250 Milliliter Speiseöl

Alles mit dem Handrührgerät verrühren. Die Quarkmasse auf den Teig geben und bei 175 Grad Celsius (Umluft) oder bei 155 Grad Celsius (Heißluft) etwa 30 Minuten backen.

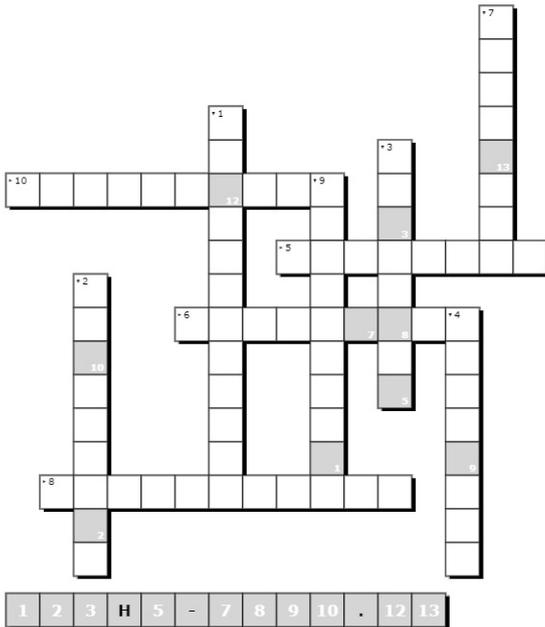
Währenddessen das Eiweiß mit dem Handrührgerät steif schlagen.

4 Esslöffel Zucker

Den Zucker langsam einrieseln lassen. Alles auf dem vorgebackenen Kuchen verteilen und für weitere 15 Minuten backen.



Kreuzworträtsel



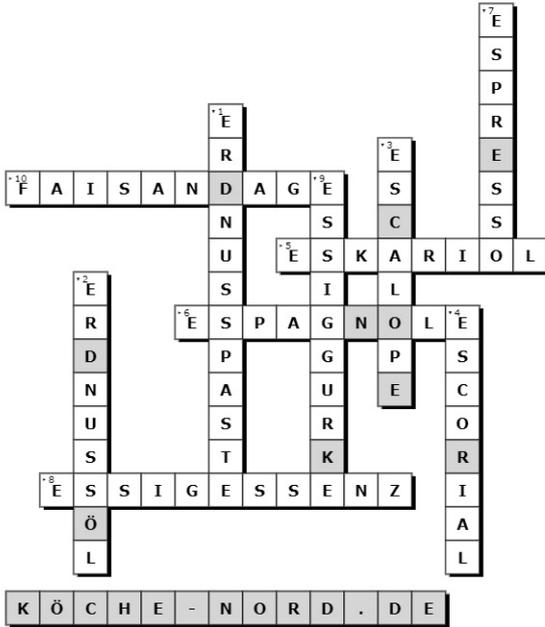
1. Anderes Wort für Erdnussbutter
2. Dieses Öl wird aus Nüssen gewonnen. Es ist ein wichtiger Rohstofflieferant für Margarine. Wegen seines feinen Geschmacks wird das Öl gerne für Salate verwendet.
3. Eine rohe Fleischscheibe im Gegensatz zur Tranche.
4. Dieser Likör ist ein Kräuter-Likör, der einen sehr extrem hohen Alkoholgehalt hat und übrigens dem französischen Chartreuse nachempfunden ist. Der Kräuter-Likör wurde erstmals schon 1910 von der Unternehmensgruppe Anton Riemerschmid auf den Markt gebracht. Als Erfinder von des Likörs gilt Robert Riemerschmid.
5. Dieser Salat ist eine glattblättrige Art der Endivie mit stark ausgeprägter Mittelrippe und breiteren sowie kräftiger gezahnten Blätter beim nah verwandten Friseesalat. Eskarlot ist geschmacklich derber. Im halb geschlossenen Kopf findet sich ein festes, gelbes Herz. Der Salat wird überwiegend für Mischsalate verwendet.
6. Anderes Wort für spanische Sauce oder braune Vorratssauce.
7. Dieser Kaffee ist besonders im Mittelmeerraum eine bevorzugte Zubereitungsart von Kaffee, bei der Wasser mit hohem Druck durch sehr fein gemahlenes Kaffeemehl gepresst wird. Er wird üblicherweise mit einem Glas Wasser serviert.
8. Diese Essenz hat außer seiner Säure keinen Geschmacksträger. Sie hat für den gewerblichen Bedarf bis zu 80 % Säure und für den Haushaltsbedarf nur 25 %. Achtung: Es ist höchste Vorsicht wegen der Verätzungsgefahr geboten.
9. Diese Gurken sind kleine Gurken mit Essig, Gewürzen und Kräutern in Gläser eingelegt. Sie schmecken sauer und sind sehr lange haltbar.
10. Anderes Wort für Fasan

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](https://www.koche-nord.de)

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

Kreuzworträtsel Lösung



1. Anderes Wort für Erdnussbutter
2. Dieses Öl wird aus Nüssen gewonnen. Es ist ein wichtiger Rohstofflieferant für Margarine. Wegen seines feinen Geschmacks wird das Öl gerne für Salate verwendet.
3. Eine rohe Fleischscheibe im Gegensatz zur Tranche.
4. Dieser Likör ist ein Kräuter-Likör, der einen sehr extrem hohen Alkoholgehalt hat und übrigens dem französischen Chartreuse nachempfunden ist. Der Kräuter-Likör wurde erstmals schon 1910 von der Unternehmensgruppe Anton Riemerschmid auf den Markt gebracht. Als Erfinder von des Likörs gilt Robert Riemerschmid.
5. Dieser Salat ist eine glattblättrige Art der Endivie mit stark ausgeprägter Mittelrippe und breiteren sowie kräftiger gezahnten Blätter beim nah verwandten Friseesalat. Eskarlot ist geschmacklich derber. Im halb geschlossenen Kopf findet sich ein festes, gelbes Herz. Der Salat wird überwiegend für Mischsalate verwendet.
6. Anderes Wort für spanische Sauce oder braune Vorratssauce.
7. Dieser Kaffee ist besonders im Mittelmeerraum eine bevorzugte Zubereitungsart von Kaffee, bei der Wasser mit hohem Druck durch sehr fein gemahlenes Kaffeemehl gepresst wird. Er wird üblicherweise mit einem Glas Wasser serviert.
8. Diese Essenz hat außer seiner Säure keinen Geschmacksträger. Sie hat für den gewerblichen Bedarf bis zu 80 % Säure und für den Haushaltsbedarf nur 25 %. Achtung: Es ist höchste Vorsicht wegen der Verätzungsgefahr geboten.
9. Diese Gurken sind kleine Gurken mit Essig, Gewürzen und Kräutern in Gläsern eingelegt. Sie schmecken sauer und sind sehr lange haltbar.
10. Anderes Wort für Fasan

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/de>

Netzfund:

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 !

Eine Kochseite von Köche-Nord.de mit Kochforum

www.koeche-nord.de 

Auf [Köche-Nord.de](http://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

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