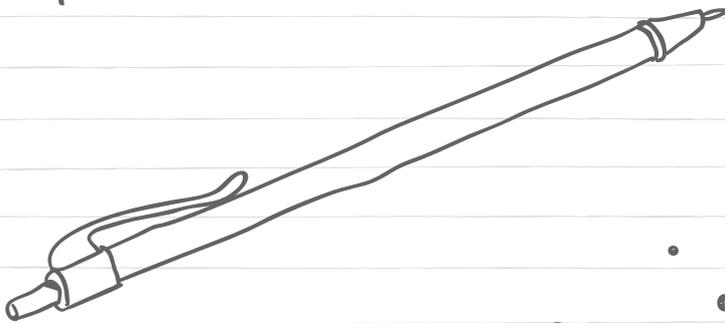


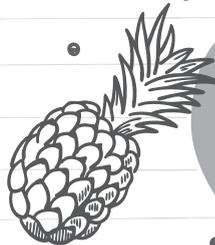
Meine Lieblingsrezepte

FÜR DEN THERMOMIX®

Rezeptbuch zum Selberschreiben

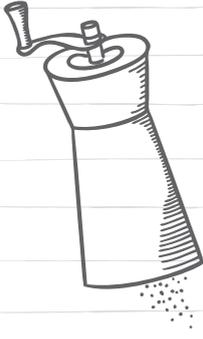


riva



MIT 10
BEISPIEL-
REZEPTE





Dieses Buch gehört:



Zehn Punkte für Ihre Sicherheit

Wahrscheinlich sind Sie bestens vertraut mit dem Thermomix® und haben ihn schon längst in Ihren Kochalltag integriert. Wenn Sie Ihren Thermomix® aber längere Zeit nicht verwendet haben: Lesen Sie sich bitte noch einmal die Gebrauchsanleitung gut durch. Zur Sicherheit finden Sie hier die wichtigsten Bedienungs- und Sicherheitsfragen für den TM5 kurz zusammengefasst.

- 1.** Wenn Sie zerkleinern oder pürieren: Setzen Sie immer den Messbecher ein. Beim Zerkleinern von Nüssen, Gemüse oder anderen harten Lebensmitteln könnten sonst Teile herausgeschleudert werden. Beim Pürieren von heißen Suppen besteht Verbrennungsgefahr durch Spritzer! Verwenden Sie auch den Spritzschutz, wenn Sie vier oder mehr Portionen Suppe kochen – da kann es ebenfalls spritzen.
- 2.** Bei heißem Mixtopf-Inhalt (über 60 °C) nicht sofort im Turbo-Modus pürieren und die Drehzahl nur langsam ansteigend erhöhen.
- 3.** Beachten Sie die maximale Füllstandsmarkierung im Mixtopf. Er ist für 2,2 Liter ausgelegt.
- 4.** Der Mixtopfdeckel entriegelt automatisch nach Ende der eingestellten Garzeit. Versuchen Sie nicht, ihn gewaltsam zu öffnen.
- 5.** Beim Dampfgaren mit dem Varoma darf der Messbecher nicht eingesetzt werden – es kann sonst kein Dampf entweichen.
- 6.** Bei Verwendung des Varoma muss der Dampf zirkulieren können. Lassen Sie daher immer einige Schlitze im Boden frei. Geben Sie genügend Wasser für die Dampfbildung in den Mixtopf. Setzen Sie stets den Varoma-Deckel auf und achten Sie darauf, beim Öffnen nicht mit dem heißen Dampf in Berührung zu kommen.
- 7.** Der Rührhaufsatz (Schmetterling) zum Schlagen von Eischnee oder Sahne darf nur bis höchstens Stufe 4 verwendet werden. Der Spatel darf bei Benutzung des Schmetterlings nicht eingeführt werden.
- 8.** Bitte niemals ein anderes Rührwerkzeug als den Spatel in die Deckelöffnung einführen. Der Spatel ist mit seinem »Kragen« so konstruiert, dass er nicht mit den Messern in Berührung kommen kann.
- 9.** Wenn Sie den Mixtopf zum Reinigen auseinandernehmen, gehen Sie äußerst vorsichtig mit dem Mixmesser um – die Messer sind höllisch scharf, es besteht Verletzungsgefahr.
- 10.** Wenn Ihr Thermomix® keinen festen Platz in Ihrer Küche hat, stellen Sie ihn immer auf eine rutschfeste, ebene Arbeitsfläche. Beim Zerkleinern oder beim Rühren von Teigen könnte der Thermomix® durch Unwucht in Bewegung geraten. Bleiben Sie bei diesen Arbeitsschritten neben dem Gerät.

Das Rezept ist von

© 2018 des Titels »Meine Lieblingsrezepte für den Thermomix« (ISBN 978-3-7423-0086-7) by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

Name des Rezeptes

DATUM 06.08.2018



Aprikosenmarmelade mit Lavendelblüten

Wie lange brauchen Sie für das Rezept?



ARBEITSZEIT 25 Min.

RÜHRDAUER 14 Min.

THERMOMIX®



PORTIONEN

3 Gläser à 250 ml

VAROMA

SCHMETTERLING

GAREINSATZ

Für wie viele Portionen?

Wie lange rührt der Thermomix®?

ZUTATEN

250 g Zucker

3 frische Lavendelblüten

(ersatzweise 1 EL

getrocknete)

½ kg Aprikosen

(vorbereitet gewogen)

1 Pck. Gelix 2:1

1 Pck. Zitronensäure

Listen Sie hier die benötigten Zutaten auf.

ZUBEREITUNG

1. Die Hälfte des Zuckers mit den Lavendelblüten

in den Mixtopf geben, Messbecher aufsetzen

und 10 Sekunden/Stufe 10 pulverisieren.

2. Die Aprikosen waschen und entsteinen. In den Mixtopf

geben und 5 Sekunden/Stufe 5 zerkleinern. Den

restlichen Zucker, Gelix und Zitronensäure dazugeben

und in 6–7 Minuten/100 °C/Stufe 1 zum Kochen bringen.

Das Garkörbchen als Spritzschutz aufsetzen!

3. Marmelade 4 Minuten/100 °C/Stufe 1,5 kochen lassen.

Dann 1 TL entnehmen und auf einen kalten Teller

träufeln: Die Marmelade sollte schnell fest werden.

Wenn nicht: Geben Sie noch 1 TL Zitronensäure

dazu und rühren Sie 30 Sekunden/Stufe 2 um.

4. Die heiße Marmelade in vorbereitete Schraubgläser

füllen, diese gut verschließen und 10 Minuten auf dem

Kopf stehen lassen. Umdrehen und auskühlen lassen.

Kreuzen Sie hier an, welches Thermomix®-Zubehör Sie benötigen.

Schreiben Sie hier die Zubereitungsschritte auf.

Notieren Sie die Thermomix®-Einstellungen am besten immer so: Minuten/ Temperatur in °C/ Stufe (mit oder ohne Messbecher oder Schmetterling oder Varoma)



ANMERKUNGEN

BEWERTUNG



Statt Lavendel schmeckt die Marmelade auch mit Zitronenmelisse oder Verbene (Eisenkraut).

Für eine besonders feine Marmelade: Aprikosen vor dem Kochen häuten.

Bewerten Sie Ihr Rezept!



DATUM _____

Frozen Erdbeerjoghurt mit Cookies



ARBEITSZEIT 3 Std.
RÜHRDAUER 4 Min.
THERMOMIX®



PORTIONEN
4

VAROMA
 SCHMETTERLING
 GAREINSATZ



ZUTATEN

250 g frische Erdbeeren

1 EL Zitronensaft

3 EL Honig oder Sirup

nach Belieben

100 g eiskalter Joghurt

50 g Butterkekse

frische Minzeblätter

zum Garnieren

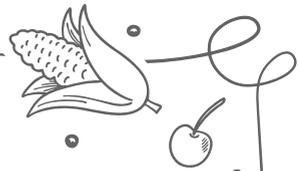
ZUBEREITUNG

1. Die Erdbeeren behutsam waschen und putzen. 50 g Erdbeeren beiseitestellen. Die restlichen flach ausgebreitet in den Tiefkühler geben und 2-3 Stunden gefrieren lassen.
2. Gefrorene Erdbeeren, Zitronensaft, Honig und Joghurt in den Mixtopf geben und 25 Sekunden/Stufe 4 zerkleinern. Anschließend 3 Minuten/Stufe 3 cremig rühren.
3. In der Zwischenzeit die Kekse grob zerbröseln und die restlichen frischen Erdbeeren in Spalten schneiden.
4. Frozen Erdbeerjoghurt in Gläser füllen, die frischen Erdbeeren unterheben und alles mit den Keksen bestreuen. Nach Belieben mit einigen Minzeblättchen dekorieren und sofort servieren.

BEWERTUNG ☆☆☆☆☆



DATUM _____



Haselnuss-Schoko-Creme mit Banane



ARBEITSZEIT 5 Min.
RÜHRDAUER 2 Min.
THERMOMIX®



PORTIONEN
20 à 15 g

VAROMA
 SCHMETTERLING
 GAREINSATZ

ZUTATEN

1 Banane

½ Vanilleschote

100 g ganze Haselnüsse

20 g Kakaopulver

(Rohkostqualität)

25 g Kokosöl

4 entsteinte Datteln

ZUBEREITUNG

1. Die Banane schälen und in Stücke schneiden. Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen.
2. Haselnüsse in den Mixtopf geben, Messbecher aufsetzen und 45 Sekunden/Stufe 10 fein mahlen. Zwischendurch eventuell die Nussmasse mit dem Spatel nach unten schieben.
3. Kakaopulver, Banane, Vanillemark, Kokosöl und Datteln dazugeben und 30 Sekunden/Stufe 7 (Messbecher) zu einer Creme verarbeiten.



BEWERTUNG ☆☆☆☆☆

DATUM _____

Feurige Paprika-Kürbis-Suppe



ARBEITSZEIT 35 Min.
RÜHRDAUER 20 Min.
THERMOMIX®



PORTIONEN
4

VAROMA
 SCHMETTERLING
 GAREINSATZ



ZUTATEN

1 kleiner Hokkaido-Kürbis
oder 750 g von einem
größeren Exemplar
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 gelbe Paprikaschote
½ Peperonischote nach Belieben
1 EL Rapsöl
600 ml Brühe
je ½ TL gemahlener
Kreuzkümmel, Koriander
und Kurkuma
25 g Kürbiskerne
Salz, Pfeffer
etwas Zitronensaft

ZUBEREITUNG

1. Den Kürbis heiß waschen, denn die Schale wird mitverwendet. Die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen, Zwiebel vierteln. Die Paprikaschote waschen, putzen und grob zerschneiden. Die Peperonischote waschen, aufschlitzen und die Kerne entfernen.
2. Zwiebel, Knoblauch und Rapsöl in den Mixtopf geben, mit dem Messbecher verschließen und 3 Sekunden/Stufe 5 zerkleinern. Mit dem Spatel nach unten schieben und 3 Minuten/120 °C/Stufe 0,5 andünsten.
3. Kürbis- und Paprikastücke (und nach Belieben die halbe Peperonischote) dazugeben und 4 Sekunden/Stufe 5 zerkleinern. Brühe angießen und mit Kreuzkümmel, Koriander und Kurkuma würzen. Zugedeckt (es spritzt!) 12 Minuten/120 °C/Stufe 1 garen.
4. In der Zwischenzeit die Kürbiskerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Eventuell zur Dekoration von der übrigen Peperonischote dünne Streifen abschneiden.

BEWERTUNG ☆☆☆☆☆



