

CHRISTINA BAUER

KOCHEN MIT CHRISTINA

ÜBER 70 REZEPTE
FÜR DEN BACKOFEN,
DIE IMMER GELINGEN

*Backen
mit
Christina*

Löwenzahn

**GUTES ESSEN, GUTER TAG:
KOMM, WIR KOCHEN!**

**KOCHEN, ABER UNKOMPLIZIERT
– ÜBER CHRISTINA UND IHREN
LIEBSTEN HELFER IN DER KÜCHE**

Schieb, schieb in den Ofen rein!
Christinas Küchenphilosophie:
Gutes ganz einfach

**MAL GANZ OFEN GESPROCHEN:
EIN PAAR GRUNDLAGEN UND
WISSENSWERTES RUND UM DEN
BACKOFEN**

Genau dein Typ: Backofenarten,
Temperatur und Einstellungen
Das perfekte Match: Vom Herd in
den Ofen

**IMMER GUT VORBEREITET:
EINKAUF, LAGERUNG UND
HALTBARMACHEN**

Gut geplant ist halb gekocht:
Wochenpläne
Was soll auf die Liste? Ganz einfach
einkaufen
Einmal einlagern, bitte: Aufbewah-
rung und Haltbarkeit

**JETZT ABER FIX:
FÜR TAGE, AN DENEN ES SCHNELL
GEHEN SOLL**

Pikante Palatschinken (Pikante
Pfannkuchen)
Krautstrudel
Penne mit Tomatensauce
Überbackenes Lachsfilet

Gefüllte Paprika
Polpetti in Tomatensauce
Pizza
Pizza Bianca
Flammkuchen
Polentapizza
Lachs-Spinat-Strudel

**IN GUTER BEGLEITUNG:
FÜR TAGE, AN DENEN ES EINE
BEILAGE BRAUCHT**

Spätzle
Reis
Wedges
Gnocchi
Polenta
Quetschkartoffeln
Nudelteig

**ES GRÜNT SO GRÜN:
FÜR TAGE, AN DENEN ES ETWAS
VEGETARISCHES SEIN SOLL**

Reisauflauf
Käsenocken
Vegetarischer Flammkuchen
Cannelloni mit Ricotta und Spinat

**HEREINSPAZIERT:
FÜR TAGE, AN DENEN DU BESUCH
ZUM ESSEN BEKOMMST**

Rindsgulasch
Geschmortes Rindfleisch
Schopfbraten mit Kartoffel und
Knödel
Speckknödel mit Sauerkraut
Backendl
Überbackenes Zwiebel-Rahm-Filet
Lasagne

**SO SWEET:
FÜR TAGE, AN DENEN DU LUST
AUF SÜSSES HAST**

Topfenpalatschinken
Apfelstrudel mit Vanillesauce
Heidelbeerschmarrn
Kaiserschmarrn
Milchreis
Fingernudeln aus dem Ofen
Gebackene Marillenknödel
Dampfnudeln
Buchteln
Topfenstrudel-Lasagne
Grießschmarrn
Reisauflauf mit Pfirsichen

**AUS EINS MACH ZWEI:
FÜR TAGE, AN DENEN DU NICHT
VON NULL STARTEN WILLST**

Überbackene Schinken-Käse-Spätzle
Überbackener Reis
Spinatspätzle überbacken
Gnocchi-Auflauf
Nudelaufauf
Rindssuppe
Rindfleischsalat

**DA IST DER OFEN AUS:
WENN'S MAL NICHT SO LÄUFT
WIE GEPLANT**

Gehört das wirklich so? Erste-Hilfe
für Ofengerichte
Umluft, Grill und Restwärme? Die
wichtigsten Begriffe rund um den
Ofen

**ALLES, WAS DU FINDEN WILLST:
DAS REGISTER**



GUTES ESSEN, GUTER TAG: KOMM, WIR KOCHEN!

Jeden Tag wieder die Frage: „Was essen wir heute?“ Ich gebe zu, bei mir steht sie in der Beliebtheits-Rangliste nicht allzu hoch oben. Du kennst das bestimmt selbst: Im Alltag bleibt einfach keine Zeit, lange darüber nachzudenken, was als nächstes gekocht wird. Bei mir geht es jedenfalls an einem ganz normalen Wochentag meistens richtig rund. Vormittags steht zum Beispiel ein Termin in der Backwelt an. Der darf aber nicht zu lange dauern, denn bald kommen meine Kinder, Magdalena und Thomas, von der Schule zurück – höchste Zeit fürs Mittagessen. Und danach heißt es: Ärmel hochkrempeln und meine Ideen für neue Rezepte in die Tat umsetzen. Nicht zu vergessen die 40 Rinder, 30 Schafe und zwei Katzen, die mit uns auf dem Bramlhof leben und natürlich ebenfalls versorgt werden wollen.

Ob mit Bauernhof und Kindern oder ohne: Verlässliche, unkomplizierte Rezepte kann man nie genug haben. Denn bei allem Trubel, To-Do-Listen und vielen Aufgaben, die täglich anfallen, sind mir selbstgekochte Mahlzeiten und gemeinsames Mittag- bzw. Abendessen immer wichtig. Weil gutes Essen einfach alles ein bisschen besser

macht und diese Familienzeit für mich zu den schönsten Momenten des Tages zählt. Genau aus dieser Motivation heraus ist das Buch entstanden, das du gerade in den Händen hältst. Ich möchte zeigen, dass man fürs Kochen weder stundenlangen Aufwand noch eine endlose Zutatenliste braucht.

WARUM ICH SO GERNE MIT DEM BACKOFEN KOCHTE

Dass ich gerne und viel backe, ist kein Geheimnis. Auf den folgenden Seiten geht es aber ausnahmsweise mal nicht um Brot, Kuchen und Co. – sondern ums Kochen, genauer gesagt um Ofengerichte.

Warum? Weil solche Gerichte einfach unglaublich praktisch sind: Ist die Vorbereitung erst einmal erledigt, heißt es Klappe auf, Klappe zu – und fertig, denn der Backofen übernimmt den Rest. Damit hast du die Hände wieder frei für alles, was sonst gerade ansteht. Ebenfalls praktisch finde ich, dass Ofenrezepte wirklich vielseitig sind.



HEUTE ESSEN WIR ...

Mit dem Essen ist es so eine Sache: Woher soll man heute schon wissen, worauf man morgen Lust hat? Ich kenne das von mir selbst, aber auch von meiner Familie. Deshalb war es mir wichtig, in diesem Buch Rezepte für viele verschiedene Situationen und Geschmäcker zu vereinen. Du hast Lust auf warm und süß? Dann nichts wie rein in den Ofen mit dem Grießschmarrn. Deine Kinder kommen mit einem Bärenhunger heim? Wie gut, dass es überbackene Schinkenfleckerln gibt. Es soll ein vegetarisches Gericht sein? Zeit für Ofenkürbis oder gefüllte Zucchini. Und wenn einmal ein paar vollgepackte Tage nacheinander anstehen, findest du im Buch zudem Vorschläge, wie du ein Rezept auf verschiedene Arten abwandeln oder weiterverwerten kannst, was vielleicht am Vortag übriggeblieben ist. Damit du am Ende nicht nur für heute gekocht hast, sondern auch gleich für morgen – und trotzdem nicht zweimal das Gleiche auf den Tisch kommt.

Genauso gibt es aber natürlich Tage, wo es gerne mal ein bisschen aufwendiger sein darf, zum Beispiel, weil Besuch kommt. Liebe Menschen mit gutem Essen zu bewirten: Das ist es mir immer wieder wert, auch mal etwas mehr Zeit fürs Kochen aufzubringen. Du findest also im Buch nicht zuletzt Rezepte für die ganz große Runde, vom klassischen Schweins- oder Rindsbraten bis hin zu überbackenem Fisch mit Kräuterkruste.

„OH JE, ANGEBRANNT“? GROSSE UND KLEINE MISSGESCHICKE VERMEIDEN

Ich bin überzeugt, dass Kochen – genau wie Backen – sehr einfach sein kann. Alles, was man braucht, ist ein bisschen Grundwissen. Deshalb habe ich dir ein paar Tipps rund ums Kochen mit dem Backofen zusammengestellt: angefangen bei der Frage, welche Einstellung eigentlich was bedeutet, bis hin zu Erste-Hilfe-Lösungen, wenn es einmal nicht so läuft wie geplant. Also los: Heizen wir schon mal den Ofen vor. Denn wenn es eine Sache gibt, die sich garantiert jeden Tag wiederholt, dann ist das der Moment, an dem irgendjemand sagt: „Hunger!“ Viel Spaß beim Nachkochen wünscht dir deine Christina



JETZT ABER FIX: FÜR TAGE, AN DENEN ES SCHNELL GEHEN SOLL

Weil der nächste Termin ansteht, weil du schon richtig hungrig bist, weil dir gerade heute irgendwie die Motivation fehlt – es gibt hundert gute Gründe, warum es an manchen Tagen beim Kochen einfach schnell gehen soll. Ich selbst kenne die Situation nur allzu gut: Bald kommen die Kinder aus der Schule heim und haben Hunger, ich muss aber später noch weiter in die Backwelt ... Stundenlang in der Küche stehen? Das ist dann einfach nicht drin. Genau für solche Fälle habe ich ein paar Ofengerichte in der Hinterhand, auf die ich immer wieder gerne zurückgreife.





PENNE IN TOMATENSAUCE

ZUBEREITUNGSZEIT:

50 Minuten

OFENZEIT:

30 Minuten

BACKTEMPERATUR:

150 °C Heißluft

ZUTATEN

(FÜR 4 PERSONEN)

2 kleine Zwiebeln
 2 Knoblauchzehen
 1 EL Olivenöl
 400 g Tomaten aus der Dose
 (passiert)
 350 g Schlagsahne
 20 g frisch geriebener
 Parmesan
 Salz, Pfeffer, Zucker und
 italienische Kräuter
 500 g Cocktailtomaten
 300 g Nudeln, Typ Penne
 2 Kugeln Mozzarella (ca. 250 g)

ZUBEREITUNG

Für die Sauce Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfelig schneiden. In Öl kurz anrösten. Die Tomaten aus der Dose in die Pfanne geben und aufkochen lassen. Die Schlagsahne und den Parmesan dazugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und italienischen Kräutern abschmecken. Die Cocktailtomaten je nach Größe halbieren oder vierteln. Die ungekochten Nudeln und die Cocktailtomaten in die Sauce mischen und in eine beliebige Auflaufform geben. Mozzarella würfelig schneiden und auf der Nudelmasse verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 150 °C für ca. 30 Minuten backen.

KRAUTSTRUDEL

ZUBEREITUNGSZEIT:

110 Minuten

OFENZEIT:

30 Minuten

BACKTEMPERATUR:

170 °C Heißluft

ZUTATEN

(FÜR 4 PERSONEN)

1 STRUDEL ODER

2 KLEINE STRUDEL

Strudelteig

250 g Weizenmehl 700/550
(D)

1 EL Öl

5 g Salz

125 g Wasser

Fülle

1 große Zwiebel

200 g Speck

800 g Kraut

2 EL Butterschmalz

250 ml Suppe

Salz, Pfeffer, Kümmel

zum Bestreichen

geschmolzene Butter

ZUBEREITUNG

Für den Strudelteig aus den Zutaten einen glatten Teig zubereiten. Danach mit etwas Öl übergießen, mit Frischhaltefolie abdecken und ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur rasten lassen.

Für die Fülle die Zwiebel und den Speck in kleine Würfel und das Kraut fein schneiden. Die Zwiebelstücke im Butterschmalz anrösten, anschließend die Speckwürfel hinzugeben und kurz mitbraten. Mit der Suppe ablöschen und das Kraut hinzufügen. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und ca. 30 Minuten nicht zugedeckt dünsten. Danach die überschüssige Flüssigkeit abgießen.

Den Strudelteig ausziehen und die Kraut-Speck-Masse auf dem unteren Drittel verteilen. Nun die Breitseiten etwas einschlagen und mit Hilfe eines Geschirrtuchs aufrollen. Den Strudel anschließend mit der Butter bestreichen. Im vorgeheizten Backofen bei 170 °C Heißluft ca. 30 Minuten backen.



TIPP.

Video zum Strudelteig:

<https://youtu.be/NUD79L7ZQW0>





HEIDELBEERSCHMARRN

ZUBEREITUNGSZEIT:

30 Minuten

OFENZEIT:

10 Minuten

BACKTEMPERATUR:

160 °C Heißluft

ZUTATEN

(FÜR 4 PERSONEN)

Teig

3 Eier

300 g Weizenmehl 700/550 (D)

375 g Milch

20 g Zucker

1 Prise Salz

300 g Heidelbeeren

zum Backen

40 g Butter

zum Karamellisieren

30 g Zucker

zum Bestreuen

Staubzucker

ZUBEREITUNG

Für den Heidelbeerschmarrn die Eier trennen und das Eiklar zu einem steifen Schnee schlagen. Die Eigelbe mit den restlichen Zutaten (außer den Heidelbeeren) gut verrühren und den Eischnee vorsichtig unterheben. Die Butter in der Pfanne gut erhitzen und den Teig fingerhoch eingießen. Nun im vorgeheizten Backofen bei 160 °C Heißluft für 10 Minuten goldbraun backen. Danach den fertigen Teig mit zwei Gabeln in ungleichmäßige Stücke „reißen“. Nun noch den Zucker drüberstreuen und karamellisieren lassen. Die Heidelbeeren zugeben und nochmals für ein paar Minuten abgedeckt auf dem warmen Herd ziehen lassen. Mit Staubzucker bestreuen.

GUTES GANZ EINFACH

Bei Christina bleibt der Ofen nie lange kalt, denn wenn sie nicht gerade Brot bäckt, dann kocht sie. Was? Ist doch klar, Ofengerichte! Für die Familie, den schnellen Mittagshunger, viele Gäste oder wenn die Lust auf ein süß-warmes Hauptgericht quasi unstillbar ist. Eine Sache ändert sich aber für Christina beim Kochen genau wie beim Backen nie: schnell und alltagstauglich muss es sein – und ganz bestimmt gelingen. In diesem Buch findest du keine außergewöhnlichen Zutaten, lange Vorbereitungszeiten oder knifflige Profi-Moves. Dafür gutes, bodenständiges, alltagstaugliches Essen, das garantiert schmeckt!

Die Hardcover-Buchhandelsausgabe kannst du schon jetzt unter der ISBN 978-3-7066-2986-7 vorbestellen.

Fotos: alle © Löwenzahn Verlag / Nadja Hudovernik
Gestaltung: Tina Spindlegger

