

Mai 2018



www.sister-mag.com

Rezepte

»Schick mir keine Blumen« Ausgabe

Zeig uns deine Rezepte unter **#SISTERMAGFOOD**

N° 37



ANANAS-INGWER-KURKUMA

ZUTATEN

MANDEL-KOKOS-BODEN

240 g Kokosnussflocken

270 g gemahlene Mandeln

170 ml Milch

20 ml Wasser

Eine Prise Salz

FÜLLUNG

160 g frische Ananasstücke

600 ml Ananassaft (ohne Zucker)

2 Limetten

1 Zitrone

40 g frischen Ingwer, geschält

1/2 TL Kurkuma

5 Eier

120 g Butter

250 g Zucker

6 Gelatineblätter

MEHR REZEPTE



ZUBEREITUNG

DER MANDEL-KOKOS-BODEN

1. Vermische zuerst die gemahlene Mandeln, die Kokosnussflocken und die Prise Salz in einer großen Schüssel miteinander.
2. Gebe die Milch und das Wasser hinzu und schiebe dir schon einmal die Ärmel hoch – jetzt wird mit den Händen gearbeitet bis ein gleichmäßiger Teig entsteht.
3. Anschließend gebe den Teig auf ein Backblech und verteile ihn gleichmäßig auf den Boden und Seiten.
4. Mithilfe von einem Glas kannst du den Teig zum Schluss nochmal ebnen.
5. Alles fertig? Ab in den Kühlschrank für 2-3 Stunden, damit der Boden wirklich fest wird.

DIE ANANAS-INGWER-KURKUMA FÜLLUNG

1. Als erstes lege die Gelatineblätter in eine Schüssel mit kaltem Wasser, damit sie genügend Zeit haben weich zu werden.
2. Schmelze die Butter in einem kleinen Topf und stell sie vorerst zur Seite.
3. Säubere die frische Ananas und den Ingwer und schneide sie in kleine Stücke. (Alternativ zu den Ingwerstückchen, kann der Ingwer auch entsaftet werden oder Ingwersaft aus der Flasche genutzt werden).



DÄNISCHE PFANNENKUCHEN

ZUTATEN

DER TEIG

2 EL Butter

4 Eier

120 ml Milch

65 g Mehl

2 EL Zucker

Eine Prise Salz

ZITRONENCREME FÜLLUNG

2 Zitronen, Saft und Schale

50 g Zucker

2 Eier

3 TL Butter

DEKORATION

Blaubeeren

Puderzucker

ZUBEREITUNG

DIE ZITRONENCREME FÜLLUNG

1. Eine einfachere Anweisung kann sich wahrscheinlich kaum jemand vorstellen: Alle Zutaten der Füllung, d.h. den Zitronensaft und die abgeriebene Zitronenschale, den Zucker, die Eier und die Butter in einen Topf geben und auf mittlerer Stufe erhitzen. Dabei immer wieder den Schneebesen schwingen und die Creme in Bewegung halten. Besonders wichtig ist, dass die Creme nie kocht, sonst flockt diese.
2. Nach geduldigen 10 Minuten und fleißigem Umrühren sollte die Creme schön dick geworden sein.
3. Dann einfach zur Seite stellen und abkühlen lassen.

DER TEIG.

1. Zuerst heize den Ofen auf 220° C vor.
2. Gebe die Eier, die Milch, das Mehl, den Zucker und die Prise Salz in eine große Schüssel und verrühre diese Mischung kräftig.
3. Nimm eine ofenfeste Pfanne für die Butter und stelle diese in den vorgeheizten Ofen. Sobald die Butter geschmolzen ist (nach wenigen Sekunden) gib die vorbereitete Mischung hinzu und stell die Pfanne zurück in den Ofen.
4. Nach ca. 15-20 Minuten sollte der Teig aufgegangen sein und schön goldbraun gebacken sein – Zeit ihn herauszunehmen.
5. Lass den riesigen Pfannenkuchen abkühlen, so dass sich die Aufblähung wieder setzen kann.
6. Fülle den Pfannenkuchen mit der vorbereiteten Zitronencreme, gebe so viele Blaubeeren hinzu wie dein Herz begehrt, etwas Puderzucker drauf und fertig.

MEHR REZEPTE

