



Inhalt

EINLEITUNG.....	1
DER VORRATSSCHRANK.....	6
UTENSILIEN.....	7
FRÜHSTÜCK.....	15
MITTAGESSEN.....	73
SUPPEN & SALATE.....	99
HÄPPCHEN & VORSPEISEN.....	131
BEILAGEN.....	161
ABENDESSEN.....	191
DESSERTS.....	263
UMRECHNUNGSTABELLE.....	317
DANK.....	319
INDEX.....	321



EINLEITUNG

Den ersten Monat, den wir als verheiratetes Paar verbrachten, beschreibe ich gerne als freien Fall durch die Luft ohne den Hauch einer Ahnung, wo wir landen würden. Chip und ich hatten gerade mit der Renovierung unseres winzigen Hauses begonnen, das ich endlich mein Zuhause nennen wollte. Zur gleichen Zeit renovierten wir auch mein kleines Geschäft am Bosque Boulevard. Wenn Sie unsere Story kennen, dann wissen Sie vielleicht noch, dass wir dieses Gebäude kauften, weil Chip mich dazu ermutigt hatte, mein eigenes Geschäft zu eröffnen. Im Stillen hatte ich jahrelang davon geträumt, aber bis dahin war ich eigentlich nie ein echtes Risiko eingegangen. Ich scheute mich, Dinge auszuprobieren, die mir möglicherweise nicht lagen. Ich war davon überzeugt, dass Misserfolg etwas Schlechtes sei und somit keine Option. Im Nachhinein ist mir klar, dass ich aus Angst vor Neuem oder Unangenehmem alles Mögliche verpasst haben könnte, ohne das Lohnenswerte darin zu erkennen. Ich fühlte mich lieber sicher als überfordert. Aber bereits nach nur einem Monat Ehe gelang es Chip irgendwie, Risiko in einem völlig neuen Licht erstrahlen zu lassen – als etwas, das Spaß machen kann. Er war tief und fest davon überzeugt, dass Scheitern wertvoll sein kann, und ich erkannte so langsam, dass ich mich nicht davor fürchten musste. Chip half mir zu verstehen, dass ich, auch wenn ich an etwas scheiterte, einfach wieder aufstehen und es noch einmal versuchen konnte.

Wir waren frisch verheiratet und uns noch nicht ganz sicher, was »Ehe« überhaupt bedeutete. Als sich die Renovierungsarbeiten des Hauses dem Ende zuneigten, drängten sich mir im Hinterkopf zwei Gedanken auf: »Wie richte ich nur ein Haus ein?« und »Was in aller Welt soll ich in unserer neuen Küche für uns kochen?« Als Ehefrau fühlte ich mich plötzlich wie ein Fisch auf dem Trockenen und setzte mich selbst immens unter Druck. Doch ich war fest entschlossen, mein Bestes zu geben und mich in der Küche zu versuchen. Meine Schwägerin Shannon machte mir eines der besten Hochzeitsgeschenke: ein Kochbuch voller Gaines-Familienrezepte. Wenn ich ehrlich bin, war ich zu dem Zeitpunkt noch völlig überwältigt von dem Gedanken, ganze Mahlzeiten kochen zu müssen. Aber es bedeutete mir unheimlich viel und gab mir das Gefühl, wirklich in die Familie aufgenommen worden zu sein.

Unsere erste Nacht im fertig renovierten Haus rückte näher und auf der Suche nach Inspiration begann ich, durch die Rezepte zu blättern, die ich von Shannon erhalten hatte. Sie klangen köstlich, waren mir aber gar nicht vertraut. Da ich mich davor scheute, Neues auszuprobieren, und Angst hatte, ein heiß geliebtes Familienrezept zu ruinieren, beschloss ich, Chip als allererste Mahlzeit im neuen Haus die Spaghetti *meiner* Mom vorzusetzen. Das war eines meiner Lieblingsgerichte und noch dazu sehr einfach zuzubereiten. Während die Spaghetti kochten, briet meine Mom Rinderhack in einer Pfanne an und mischte anschließend ein Glas Tomatensauce aus dem Supermarkt unter. Wenn alles gar war, vermischte sie Nudeln und Sauce in einer Schüssel und servierte sie mit warmem Brot und Butter. Diese Mahlzeit verkörperte für mich Trost

und Geborgenheit. Sie erinnerte mich an Zuhause. Bis heute wird mir ganz warm und wohlig, wenn ich Spaghetti esse, und bekomme das Gefühl, dass mit der Welt alles im Reinen ist.

An unserem ersten Abend deckte ich den Tisch mit dem neuen Geschirr, zündete ein paar Kerzen an, servierte Wasser in hübschen Weingläsern (wir mussten den Gürtel etwas enger schnallen, aber durch die Weingläser wirkte selbst das Wasser schick) und füllte Chips Teller mit Spaghetti. Ich war mir ziemlich sicher, dass bei diesem Gericht nichts schiefgehen konnte, wenn ich es meinem frisch vermählten Ehemann in unserem neuen Zuhause auftrug. Er aß zwei Bissen und sagte kein Wort. Das war wahrscheinlich das erste Mal, seit wir uns kannten, dass ihm die Worte fehlten. Ich ging davon aus, dass ihm die Begeisterung die Sprache verschlagen hatte und er erst noch verarbeiten musste, wie lecker mein Essen war. Nach sechs Bissen konnte ich die Stille nicht mehr ertragen und fragte ihn, was er vom Essen hielt.

Und da sagte er: »Na ja, äh ... Spaghetti von meiner Mom schmecken anders.«

Mir blieben beinahe die Nudeln im Hals stecken. Mir gingen einige weniger nette Gedanken (und Worte) durch den Kopf, aber ich schwieg und sah zu, wie er sich eine noch tiefere Grube grub.

»Ich mag einfach am liebsten die Spaghetti, die meine Mom kocht. Ich wünschte, du hättest sie nach dem Rezept gefragt. Das hier schmeckt anders. Ich bin einfach das meiner Mom gewohnt.«

Ich stand auf, räumte seinen Teller weg und teilte ihm mit, dass er das Geschirr spülen und sich um die Sauerei in der Küche kümmern könne. Ich war *fertig*. Sagen wir einfach, dass er seine Lektion lernte. Aber ich lernte an dem Abend ebenfalls eine wertvolle Lektion. Essen ist etwas sehr *Persönliches*. Es ist wie eine Art Soundtrack unseres Lebens und kann uns an bestimmte Zeitpunkte zurückversetzen – an gute und an schlechte. Essen ist außerdem emotional. Es verbindet uns mit unserer Vergangenheit. Chips tiefe Treue zu den Spaghetti seiner Mom ist in Wahrheit total süß. Heute, fünfzehn Jahre später, ist es etwas, das ich liebe und wertschätze. Und damals wurde mir irgendwann klar, dass wir beide uns einfach nur nach unseren Mamas sehnten und etwas Angst vor der Umstellung auf dieses neue, unbekannte Kapitel des Lebens hatten. Essen war das Symbol von allem, was wir bis dahin gekannt hatten. Mit dieser Mahlzeit und Chips Reaktion darauf drückten wir alles aus, was wir in dem Augenblick fühlten, als frisch verheiratetes Paar an unserem eigenen Esstisch in unserem eigenen Zuhause.

Doch erst, als ich mit unserem ersten Sohn, Drake, schwanger war, begann ich, mich in der Küche mehr ins Zeug zu legen. Das lag hauptsächlich daran, dass ich die merkwürdigsten Gelüste hatte. Oft hatte ich Lust auf etwas so Bestimmtes, dass mir gar nichts anderes übrig blieb, als es selbst zuzubereiten. Ich glaube, etwas ganz Besonderes kam dabei nie heraus, aber ich weiß, dass ich es versuchte. Chip wusste mittlerweile außerdem, dass er mich in meinem Bestreben ermutigen musste – andernfalls hätte er selbst losgehen und Takeaway holen müssen.

An zwei Dinge erinnere ich mich deutlich aus diesen Anfangstagen unserer Ehe. Erstens liebte ich es, mir eine Schürze anzuziehen. Ich glaube, die Schürze verband ich mit einer gewissen Nostalgie und erinnerte mich an meine Großmutter. Zweitens hatte ich einen Tortenstand mit Glaskuppel, den ich nicht gerne

FRÜHSTÜCK

Chip *liebt* Frühstück. Es ist seine absolute Lieblingsmahlzeit. Er ist der festen Überzeugung, dass ein warmes Frühstück für die ganze Familie das Erfolgsrezept schlechthin ist, wenn es ein großartiger Tag werden soll. Er hat eine solche Leidenschaft dafür, dass er jahrelang davon träumte, ein Restaurant zu eröffnen, in dem sich alles nur ums Frühstück dreht. Es war irre aufregend, seinen Traum mit der Eröffnung von Magnolia Table in Waco wahr werden zu lassen. Dort ist das Frühstück Herz und Seele der Speisekarte und kann den ganzen Tag über bestellt werden.

Wie seine Leidenschaft für viele andere Dinge ist auch Chips Enthusiasmus fürs Frühstück ansteckend. Dank ihm können sich unsere Kinder fast jeden Morgen auf ein warmes Frühstück freuen und ich habe zu schätzen gelernt, wie erdend es ist, morgens ein bisschen gemeinsame Zeit bei einer warmen, guten Mahlzeit zu verbringen. Die Schwierigkeit liegt natürlich darin, Zeit dafür zu finden – nicht nur, etwas für alle zuzubereiten, sondern alle von uns gleichzeitig an den Frühstückstisch zu bekommen, wenn morgens das Chaos herrscht. Chip und ich teilen uns die Zubereitung; die eine Hälfte der Zeit ist er zuständig, die andere ich. Je älter die Kids werden, desto mehr helfen auch sie mit. Die Jungs machen gerne Rührei und sind mittlerweile richtig gut darin. Glauben Sie mir, es gibt durchaus auch Tage, an denen ich gefrorene Waffeln in den Toaster stecke, mit viel weicher Butter und warmem Ahornsirup bestreiche und damit völlig zufrieden bin. (Schließlich ist ein warmes Frühstück ein warmes Frühstück, oder, Chip?)

Aber meistens gibt es etwas Gehaltvolleres und wir haben einige tolle Tricks gelernt, die uns das ermöglichen. Wenn die Kids abends im Bett sind, verbringe ich fünfzehn Minuten damit, schnell einen Auflauf, zum Beispiel French Toast oder einen Eggs-Benedict-Auflauf, zusammenzustellen, der über Nacht in den Kühlschrank kommt, sodass Chip ihn morgens direkt in den Ofen schieben kann. Manchmal mische ich die flüssigen und die trockenen Zutaten für Ricotta-Pancakes getrennt an, damit sie am nächsten Morgen nur zusammengerrührt und in die Pfanne gegossen werden müssen – so dauert die Zubereitung nur wenige Minuten.

Es hat seine Gründe, dass ich Frühstück als Chips Sprache der Liebe bezeichne, und zwar nicht nur, weil er es liebt zu frühstücken. Sondern auch, weil es ihm so viel bedeutet, wenn wir alle zusammen am Tisch sitzen und gemeinsam ein warmes Frühstück essen. Es geht darum, uns einen Moment Zeit zu nehmen innezuhalten, bevor wir alle in die Welt hinausgehen. Und ich finde, das ist der wunderbarste Start in den Tag überhaupt.



JOJOS BRÖTCHEN

ZUBEREITUNGSZEIT: <i>20 Minuten zzgl. mindestens 30 Minuten Kaltstellen</i>	GARZEIT: <i>15 bis 20 Minuten</i>	ABKÜHLZEIT: <i>5 Minuten</i>
---	---	--

480 g Mehl zzgl. etwas mehr für die Arbeitsfläche
3 Esslöffel Backpulver
1 Teelöffel Backnatron
340 g gesalzene Butter, kalt,
in 1,5 cm große Stücke geschnitten oder geraspelt

2 große Eier, geschlagen,
zzgl. 1 großes Ei zum Bestreichen
375 ml Buttermilch oder nach Bedarf
zzgl. 1 Esslöffel zum Bestreichen
Pops Erdbeerkonfitüre oder Bobos klassisches Gravy,
zum Servieren (optional; Seite 22, Seite 23)

1. Mehl, Backpulver und Backnatron in einer großen Schüssel vermischen. Die Butter zugeben und mit einem Teigmischer in das Mehl einarbeiten, bis die Stücke alle ungefähr erbsengroß sind. (Siehe Foto a.)
2. Die geschlagenen Eier mit einem Holzlöffel untermischen. 375 Milliliter Buttermilch einrühren, sodass ein klebriger Teig entsteht. Wenn er zu trocken ist, esslöffelweise mehr Buttermilch zugeben und untermixen, bis der Teig die richtige Konsistenz hat. Die Schüssel zugedeckt mindestens 30 Minuten oder über Nacht kalt stellen.
3. Einen Rost auf die mittlere Backofenschiene schieben und den Backofen auf 200° C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen.
4. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche stürzen. Die Hände mit Mehl einreiben und den Teig zu einem circa 1,5 Zentimeter dicken Kreis mit ungefähr 35 Zentimetern Durchmesser formen.
5. Einen runden Brötchen-Ausstecher (ø 7,5 cm) mit Mehl bestäuben, dann circa 20 Brötchen ausstechen. Wenn nötig, die Teigreste aufsammeln und erneut flach drücken, um weitere Brötchen auszusteichen. (Siehe Foto b.)
6. Die Brötchen auf das vorbereitete Backblech legen, sodass sie einander berühren.
7. Das übrige Ei und 1 Esslöffel Buttermilch in einer kleinen Schüssel verquirlen. Anschließend die Brötchen mit der Flüssigkeit bestreichen. (Siehe Foto c.)
8. 15 bis 20 Minuten goldbraun backen. Auf dem Blech auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen. (Siehe Foto d.)
9. Die Brötchen schmecken am selben Tag am besten (und idealerweise frisch aus dem Ofen!). Wenn Sie möchten, mit Erdbeerkonfitüre oder Gravy servieren. Übrige Brötchen können für bis zu 2 Tage bei Zimmertemperatur in einem luftdicht verschlossenen Behälter aufbewahrt werden.

Für circa 20 Brötchen

ANMERKUNG: Zur längeren Aufbewahrung zwei Backbleche mit Backpapier auslegen, die Brötchen mit circa 1,5 Zentimetern Abstand darauf ausbreiten und einfrieren. Sobald sie tiefgefroren sind, in einen Gleitverschlussbeutel aus Plastik füllen und für bis zu 2 Wochen im Tiefkühlschrank aufbewahren. Sie müssen vor dem Backen nicht auftauen.



MITTAGESSEN

Unter der Woche gibt es in unserer Familie, wie wahrscheinlich in vielen anderen Familien auch, schlichte Sandwiches und Reste zum Mittagessen. Das ist zwar nicht die Mittagsmahlzeit meiner Träume, aber ich werde muffelig, wenn ich zu Mittag etwas essen muss, das mir nicht richtig gut schmeckt. Ich liebe Essen einfach zu sehr, um jeden Tag eine Mahlzeit auf etwas zu verschwenden, das nicht *wirklich* großartig ist.

Deshalb finde ich die Rezepte in diesem Kapitel ganz besonders aufregend. Sie sind superflexibel und ich bereite sie normalerweise am Wochenende sowohl für den unmittelbaren Bedarf als auch für die kommende Woche zu. Das Tolle an vielen dieser Rezepte ist, dass sie im Kühlschrank lange haltbar sind und sich gut mitnehmen lassen, wie beispielsweise Hähnchensalat und Pimiento Cheese. Das heißt, dass ich eine so große Portion machen kann, dass wir es nicht nur am Wochenende genießen, sondern uns auch am Wochenanfang an den Resten gütlich tun können. Montags packe ich frisches Blattgemüse in einen Behälter und Reste vom Wochenende in einen anderen und schon hat die ganze Familie innerhalb weniger Minuten ein großartiges Mittagessen für unterwegs. Bei uns ist gegen Mittag immer sehr viel los, daher verhindern diese einfach abwandebaren, praktischen Gerichte, dass wir auswärts essen, und wir genießen stattdessen etwas, das aus der eigenen Küche kommt. Viele der Rezepte in diesem Kapitel sind außerdem gut zum Mitnehmen und damit ideal für Picknicks oder die Schule. Ich bringe viele davon sogar mit zu Babypartys und Potlucks.

Am Wochenende laden wir auch gerne Freunde zu einem gemütlichen späten Mittagessen ein, und mit Gerichten wie dem Gaines-Brothers-Burger wird das Essen sowohl entspannt als auch sättigend. Wenn hingegen meine Mom vorbeikommt oder einige meiner Freundinnen, mache ich stattdessen eher meine Pancetta-Frittata mit frischer, süßer Paprika. All diese Gerichte können auch als simples Abendessen serviert werden. Ich bin immer völlig von den Socken, wie viel Enthusiasmus mir Chip und die Kids entgegenbringen, wenn ich mit einer großen Platte BLT-Sandwiches oder meiner Version von gegrillten Käse-Sandwiches mit Havarti, Tomaten und Basilikum aus der Küche komme. Samstagabends, wenn wir einen langen Tag voll Hausarbeit, Besorgungen und Sportereignissen der Kids hinter uns haben, ist diese simple und leckere Mahlzeit in jeder Hinsicht ein Hit.



CURRY-HÄHNCHENSALAT

MIT GERÖSTETEN NÜSSEN

Ich serviere diese besondere Variation des Hähnchensalats gerne auf herzhaftem Mehrkorntoast oder in einer frisch gebackenen Pita mit Gurkenscheiben und roten Zwiebeln. Als hübsche Vorspeise können Sie Chicoréeblätter mit dem Hähnchensalat füllen, dann in einem besonderen Muster auf einer Servierplatte anrichten und mit Mandeln und Schnittlauch bestreuen. Die angegebene Menge Currypulver kommt Ihnen vielleicht sehr groß vor, aber dem Curry hat der Salat seinen großartigen Geschmack zu verdanken. Wenn Sie lieber auf Nummer sicher gehen möchten, dann mischen Sie zunächst nur die Hälfte unter die Mayonnaise und kosten Sie, bevor Sie den Rest zugeben. Wasserkastanien bringen etwas Biss mit; alternativ können Sie auch 125 Gramm gewürfelten Stangensellerie oder Jicama verwenden. Am besten schmeckt der Salat, wenn er vor dem Servieren für 2 Stunden kalt gestellt wird.

ZUBEREITUNGSZEIT: 15 Minuten zzgl. 2 Stunden Kaltstellen	GARZEIT: keine	ABKÜHLZEIT: keine
--	----------------	-------------------

950 g Fleisch von einem Drehspeiß-Hähnchen oder pochierte Hähnchenbrust (Seite 87), in Stücke gezupft
 1 Dose (à 225 g) gewürfelte Wasserkastanien, abgetropft
 100 g gehackte Mandeln oder Mandelblättchen, geröstet (siehe unten)
 15 g fein gehackter Schnittlauch
 380 g Mayonnaise, vorzugsweise von Hellmann's

2 Esslöffel Sojasauce
 3 Esslöffel Currypulver
 ½ Teelöffel Knoblauchpulver
 ½ Teelöffel kosches Salz
 ½ Teelöffel gemahlener weißer Pfeffer
 1 herzhaftes Brot (450 g), in 1,5 cm dicke Scheiben geschnitten und getoastet
 Chicoréesalatblätter (optional)

1. Hähnchenfleisch, Wasserkastanien, geröstete Mandeln und Schnittlauch (je eine kleine Menge Mandeln und Schnittlauch bewahre ich für die Garnierung auf) in einer großen Schüssel vermischen. Gut durchmischen, dann beiseitestellen.
2. Mayonnaise, Sojasauce, Currypulver, Knoblauchpulver, Salz und weißen Pfeffer in einer mittelgroßen Schüssel vermischen. Zum Hähnchen geben und gut untermischen.
3. Die Schüssel zugedeckt vor dem Servieren für 2 Stunden kalt stellen. Den Hähnchensalat mit den übrigen Mandeln und Schnittlauch bestreuen und zu Toast und Chicoréesalat (falls verwendet) servieren.
4. Der Hähnchensalat kann für bis zu 3 Tage in einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Für 6 Portionen



NÜSSE & SESAM RÖSTEN

AUF DEM HERD: Nüsse, Kerne oder Samen in einer Lage in einer trockenen Pfanne ausbreiten und auf mittlerer Stufe unter häufigem Rühren für 4 bis 8 Minuten rösten, bis sie leicht gebräunt sind und duften. Sofort zum Abkühlen auf einen Teller geben.

IM BACKOFEN: Den Backofen auf 180° C vorheizen. Die Nüsse oder Samen auf einem Backblech ausbreiten und für 10 bis 12 Minuten im Backofen rösten, bis sie leicht gebräunt sind und duften. Dabei das Blech ein- oder zweimal schütteln. Sofort zum Abkühlen auf einen Teller geben.

ABENDESSEN

Vielleicht klingt es merkwürdig, aber das Abendessen zu kochen, ist meine liebste Art, mich nach einem hektischen Arbeitstag zu entspannen und runterzukommen. Ich weiß, dass manche Leute genau das Gegenteil empfinden, aber so geht es mir wirklich – solange die Mahlzeitenplanung und der Einkauf bereits erledigt wurden. Das Wichtige ist für mich, nach einem langen Tag nicht allzu viel nachdenken zu müssen. Wenn ich mich im Schneiden und Braten verlieren kann, bin ich glücklich. Muss ich jedoch hin- und herrennen und das Kochen unter Mühe irgendwie auf die Reihe kriegen, bin ich am Ende frustriert und verliere die Freude, die es mir normalerweise bereitet. Aber wenn ich genau weiß, was es zu Abend gibt, und die Zutaten bereits im Kühlschrank habe, dann fühle ich mich glücklich und dieses Ritual kommt mir nicht mehr vor wie eine lästige Pflicht.

Aber es geschieht noch etwas, wenn ich mir erlaube, den Zubereitungsvorgang einer tollen Mahlzeit zu genießen. Meine Familie erkennt, ob mir das Kochen abends lästig ist oder ob ich viel Spaß dabei habe und mit dem Essen, das ich zubereite, meine Liebe für sie kommuniziere. Die Kids werden wirklich aufgeregt, wenn sie sehen, wie ich glücklich die Schneidebretter hervorhole oder sie etwas auf dem Herd riechen – ganz besonders, wenn es sich dabei um eins ihrer Lieblingsessen handelt, wie Chicken and Dumplings oder Sour-Cream-Hähnchen-Enchiladas. Vielleicht liebt die Familie Gaines es einfach nur zu essen, aber wir zeigen bei diesen Dingen wirklich Gefühl. Als ich klein war, wollte ich immer nur *auswärts* essen; ich bettelte meine Eltern ständig an, zu einem Restaurant zu gehen. Dass meine Kids lieber zuhause bleiben und das Essen essen wollen, das ich koche, finde ich etwas verwunderlich, aber auch total süß.

Vielleicht möchte ich ihnen deshalb so viele Abendessen wie möglich kochen, weil ihr Enthusiasmus so ansteckend ist und mir so viel bedeutet. Es ist vielleicht etwas ungewöhnlich, wie sehr ich dieses abendliche Ritual genieße, aber ich glaube, dass ich mit der Ansicht nicht alleine bin, dass, wenn wir auf bedeutsame Weise Zeit miteinander verbringen möchten, wir uns diese Zeit bewusst nehmen müssen. Ob gemeinsam mit Freunden oder der engsten Familie, am Esstisch passiert etwas Wichtiges. Für viele Familien ist das Abendessen die einzige Tageszeit, zu der es ihnen überhaupt möglich ist, Zeit miteinander zu verbringen. Eine gute Auswahl simpler und allseits beliebter Rezepte zu haben, ist wirklich hilfreich, um gemeinsame Abendessen wahr werden zu lassen. Aus diesem Grund befinden sich all die Lieblingsrezepte meiner Familie in diesem Kapitel. An Stellen, an denen es besonders sinnvoll erscheint, finden Sie außerdem einige zum Hauptgericht passende Beilagen, entweder als Teil des Rezepts oder als Vorschlag in der Rezeptbeschreibung. Ich bin überzeugt davon, dass sich unsere Kinder lange bis ins Erwachsenenalter hinein an diese gemeinsamen Abendessen erinnern werden – und das allein ist mir die Mühe wert.



SOUR-CREAM-HÄHNCHEN-ENCHILADAS

Diese Enchiladas sind das ganze Jahr über ein Favorit in unserer Familie. Ich mache sie mindestens ein paar Mal im Monat, egal zu welcher Jahreszeit, weil die Kinder sie so gerne essen. Und wenn meine Freunde Babys bekommen, dann bringe ich ihnen dieses Gericht häufiger als alle anderen. Ich glaube, diese Enchiladas sind bei allen so beliebt, weil sie so ein unerwarteter Seelentröster sind, sowohl cremig als auch herb. Ich verwende hier Mozzarella, da er mild schmeckt und gut schmilzt. Wenn Sie die Oberfläche schön braun mögen, dann schalten Sie den Backofengrill für eine oder zwei Minuten ein, nachdem der Käse vollständig geschmolzen ist. Behalten Sie die Enchiladas dabei gut im Auge, da der Käse schnell anbrennen kann. An den meisten Abenden verzichte ich auf diesen zusätzlichen Schritt, da die Kids es goldgelb lieber mögen. Aber so oder so schmeckt dieses Gericht köstlich. Zu diesen Enchiladas serviere ich mexikanischen Reis und warme Charro-Bohnen und stelle Tomaten, Koriander und Limette in einzelnen Schälchen als Garnierungen auf den Tisch, sodass sich jeder selbst daran bedienen kann. Wenn ich Zeit habe, bereite ich den mexikanischen Reis selbst zu, aber zur Not sind die mexikanischen Reismischungen aus dem Supermarkt ein guter Ersatz.

ZUBEREITUNGSZEIT:	GARZEIT:	ABKÜHLZEIT:
20 Minuten	35 Minuten	keine

Trennspray
 2 Dosen (à 280 g) milde grüne Enchilada-Sauce
 1 Dose (à 300 g) konzentrierte Hühnercremesuppe
 225 g Sour Cream
 650 g Fleisch von einem Drehspeiß-Hähnchen
 oder dem perfekten Brathähnchen (Seite 203),
 in Stücke gezupft
 1 Dose (à 110 g) gewürfelte grüne Chilis
 400 g geraspelter Mozzarella (Tüte)

10 weiche, 25 cm große Weizen-Tortillas
 (siehe Anmerkung)
 1 Rispentomate, in 6 mm große Würfel geschnitten
 2 Esslöffel gehackter frischer Koriander
 1 Limette, in Spalten geschnitten
 Mexikanischer Reis (Seite 197) oder 2 Packungen
 (à 150 g) mexikanische Reismischung, gekocht,
 zum Servieren (ich mag die von Knorr)
 Charro-Bohnen aus der Dose oder beliebige gewürzte
 Bohnen, aufgewärmt, zum Servieren

1. Einen Ofenrost ins obere Drittel des Backofens schieben und den Backofen auf 180° C vorheizen. Eine 23 x 33 x 7,5 Zentimeter große Backform mit Trennspray einsprühen.
2. Enchilada-Sauce, Hühnersuppe und Sour Cream in einer großen Schüssel verrühren. Circa 125 ml der Sauce in der Backform verstreichen. Die übrige Sauce beiseitestellen.
3. Hähnchenfleisch und Chilis in eine mittelgroße Schüssel geben. Gut vermischen. Beiseitestellen.
4. Für den Belag circa 230 g Mozzarella beiseitestellen. Den Rest griffbereit in eine mittelgroße Schüssel geben.
5. Etwas Mozzarella, gefolgt von der Hähnchen-Chili-Mischung, auf eine Tortilla streuen. Die Tortilla eng aufrollen und mit der Naht nach unten in die vorbereitete Backform legen. Mit den übrigen Tortillas, dem Hähnchen und Mozzarella (außer dem Anteil, den Sie für den Belag beiseitegestellt haben) ebenso verfahren und die gefüllten Tortillas in die Backform legen. Wenn nötig, die anderen Tortillas zur Seite schieben, sodass alle gefüllten Tortillas in einer Lage in die Form passen.

Fortsetzung auf der nächsten Seite...

Fortsetzung von Seite 195

6. Die gefüllten Tortillas mit der übrigen Sauce übergießen. 20 Minuten backen. Aus dem Backofen nehmen und mit dem beiseitegestellten Mozzarella bestreuen. Erneut circa 15 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.
7. Die gehackten Tomaten, Koriander und Limettenspalten am Tisch herumreichen. Dazu mexikanischen Reis und warme Charro-Bohnen oder andere Bohnen servieren.
8. Reste können für bis zu 4 Tage in einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank aufbewahrt werden. Dann im Backofen bei 150° C wieder aufwärmen.

Für 6 Portionen

ANMERKUNG: *Wir haben Glück, dass es bei uns in Waco gleich mehrere ausgezeichnete, unabhängige Tortillerias gibt, wo wir frisch zubereitete Weizen-Tortillas kaufen können. Die verwende ich für dieses Gericht am liebsten. Wenn Sie eine gute Bezugsquelle für frische Weizen-Tortillas haben, nutzen Sie sie, andernfalls kaufen Sie einfach die besten Tortillas, die Sie finden können.*

MEXIKANISCHER REIS

Diesen Reis serviere ich gerne zu Enchiladas. Wenn auf der Packung steht, dass der Reis gewaschen werden soll, dann schütten Sie ihn in eine große Schüssel und bedecken ihn großzügig mit Leitungswasser. Mit den Händen ein paar Mal durchmischen, dann durch ein Sieb gießen und gut abtropfen lassen. Mehrmals wiederholen, bis das Wasser in der Schüssel beim Waschen des Reises klar bleibt.

ZUBEREITUNGSZEIT: 5 Minuten	GARZEIT: 35 Minuten	ABKÜHLZEIT: 10 Minuten
---------------------------------------	-------------------------------	----------------------------------

3 Esslöffel Pflanzenöl
330 g weißer Langkornreis, gewaschen
1 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel
1 weiße Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 Dose (à 225 g) Tomatensauce

300 ml fertige Hühnerbrühe oder hausgemachte Hühnerbrühe (Seite 216) oder Wasser, oder nach Bedarf
1 Teelöffel kosches Salz
½ Teelöffel frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
½ Bund fein gehackter Koriander oder Petersilie, zum Garnieren

1. Das Öl auf mittlerer Stufe in einem großen Topf erhitzen. Den Reis zugeben und circa 10 Minuten unter Rühren anbraten, bis er leicht gebräunt ist. Kreuzkümmel zugeben und 30 Sekunden mitbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben und unter häufigem Rühren circa 5 Minuten weich dünsten.
2. Die Tomatensauce in einen Glas-Messbecher gießen, der mindestens 1 Liter fassen kann. Mit Hühnerbrühe aufgießen, bis Sie insgesamt 770 Milliliter Flüssigkeit haben, dann auf den Reis gießen und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Zum Kochen bringen. Einmal umrühren, die Hitze reduzieren, einen Deckel aufsetzen und 20 Minuten köcheln lassen. Den Topf mit Deckel vom Herd nehmen und 10 Minuten abkühlen lassen.
4. Den Reis mit einer großen Gabel auflockern, dann mit Koriander bestreuen. Servieren.
5. Übriger Reis kann für bis zu 3 Tage in einem verschlossenen Behälter im Kühlschrank aufbewahrt werden. Ein paar Spritzer Wasser zugeben, bevor Sie ihn in der Mikrowelle oder auf dem Herd wieder aufwärmen.

Für 10 bis 12 Portionen



DESSERTS

Ich sage gerne, dass das Dessert nach dem Abendessen zu einer ausgewogenen Mahlzeit dazugehört. Meine Kinder haben dem nie etwas entgegenzusetzen. Ich habe nach einem deftigen Abendessen immer Lust auf etwas Süßes und die Kids scheinen nach ihrer Mama zu kommen! Aber für mich geht es dabei um mehr als nur darum, wie sehr ich Süßes mag (obwohl das gar nicht überbetont werden kann). Mehr als alle anderen Arten des Kochens verbinde ich Backen und die Zubereitung von Desserts mit der allerbesten Nostalgie. Für eine Tarte Butter ins Mehl einzuarbeiten oder Cookieteig zu mischen, gibt mir das Gefühl, wirklich mit meiner Familie verbunden zu sein – mit meinen Kindern, Eltern, Großeltern und all den Generationen, die vor ihnen kamen. Das ist wahrscheinlich mit ein Grund, weshalb ich die Kuchenablage auf meiner Küchenablage immer gerne mit etwas frisch Gebackenem und Köstlichem gefüllt sehe. Für mich ist Backen ein greifbarer Ausdruck meiner tiefen Liebe und Dankbarkeit für meine Familie und meine Freunde.

Wenn ich in die Küche gehe und die Töpfe und Pfannen fürs Abendessen hervorhole, heißt das, dass ich fast mit Sicherheit auch vorhabe, etwas Süßes für danach vorzubereiten. Aber ich finde nicht, dass Desserts edel oder kompliziert sein müssen. Die meisten meiner Lieblingsdesserts sind einfach zuzubereiten und für einige davon habe ich praktisch immer alle Zutaten im Vorratsschrank. Normalerweise habe ich mindestens drei Tüten Schokotropfen (es kommt mir nie in den Sinn, nur eine zu kaufen), Nüsse, Kekse für Keksböden, Kakaopulver, Zitronen und reichlich Butter, Eier, Mehl und Zucker in Vorrat, sodass ich jederzeit etwas zaubern kann, auch wenn ich nichts im Voraus geplant habe. Noch leichter wird es, das Haus mit wunderbaren Aromen zu füllen, wenn Sie den Teig für Limetten- oder Zitronen-Lavendel-Cookies fertig im Tiefkühlschrank haben und ihn bei Bedarf nur noch in Scheiben schneiden und backen müssen.

Die Rezepte in diesem Kapitel sind alle Lieblingsrezepte meiner Familie. Jedes unserer Kinder hat seine eigenen Vorlieben. Das sind die Desserts, die ihnen als erstes einfallen, wenn ich frage, was ich zum Nachtschisch machen soll. Mindestens einer will ausnahmslos immer Zitrontarte, Brownie-Tarte oder Chocolate Chip Cookies. Wenn es nach mir ginge, hätten wir immer Schokoladenkuchen im Haus, und Chip wäre am glücklichsten mit Strawberry Shortcake, denn das ist das Rezept aus diesem Kapitel, das am nächsten an Frühstück herankommt. Ich hoffe sehr, dass Sie und Ihre Familie auch einige Lieblingsrezepte in diesem Kapitel finden werden. Und denken Sie daran: Wenn Sie jemanden kennen, der sich Sorgen um die zusätzlichen Kalorien in der Nachspeise macht, dann sagen Sie ihm, dass er immer Frühstück, Mittagessen oder Abendessen auslassen kann!



ZITRONENTARTE

In der Anfangszeit meiner Ehe bekam ich dieses simple Rezept von einer Freundin und ich konnte kaum glauben, wie lecker es war, obwohl nur so wenig Arbeit drinsteckt. Der Keksboden, die Zitronenfüllung und die frische Schlagsahne sind eine Kombination, die etwas Besonderes an sich hat. Diese Tarte ist das perfekte Dessert und zudem auch noch wunderschön!

ZUBEREITUNGSZEIT: 20 Minuten	GARZEIT: weniger als 20 Minuten	ABKÜHLZEIT: 1 ½ Stunden
--	---	-----------------------------------

ZITRONENTARTE

Trennspray
150 g zerdrückte Vollkornkekse
30 g Zucker
6 Esslöffel gesalzene Butter, zerlassen
750 ml gesüßte Kondensmilch
3 Eigelbe
160 ml frisch gepresster Zitronensaft
(von 3 bis 4 Zitronen)
Prise Meersalz

SCHLAGSAHNE-TOPPING

250 ml Schlagsahne
2 Esslöffel Zucker
1 Teelöffel Vanilleextrakt

GARNIERUNG

Zitronenscheiben
Geriebene Zitronenschale
Frische Minze

1. Für die Zitronen-Tarte: Den Backofen auf 180° C vorheizen. Eine Pie-Form mit 23 Zentimetern Durchmesser mit Trennspray einsprühen.
2. Die zerdrückten Kekse und 60 Gramm Zucker in einer großen Schüssel vermischen. Die zerlassene Butter zugeben und alles gut vermengen. Die Keksmischung in die vorbereitete Pie-Form füllen und am Boden und den Seiten festdrücken. Circa 8 Minuten backen, bis der Boden fest ist.
3. In der Zwischenzeit für die Füllung Kondensmilch, Eigelbe, Zitronensaft und Salz in der Küchenmaschine mit dem Flachrührer (oder in einer großen Schüssel mit einem elektrischen Handmixer) auf mittlerer Stufe für 4 Minuten mixen.
4. Die Füllung auf den gebackenen Keksboden gießen. Die Form zurück in den Backofen stellen und circa 10 Minuten backen, bis die Füllung in der Mitte fest bleibt, wenn Sie die Form sachte anstupsen.
5. Die Tarte für 30 Minuten auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Zum Festwerden für mindestens 1 Stunde oder bis zu 3 Tage in den Kühlschrank stellen.
6. Kurz vor dem Servieren das Schlagsahne-Topping zubereiten: Sahne, Zucker und Vanilleextrakt in einer mittelgroßen Schüssel mit einem elektrischen Handmixer auf hoher Stufe leicht und luftig schlagen, bis die Sahne weiche Spitzen formt, wenn Sie die Rührbesen aus der Schüssel nehmen.
7. Die Sahne auf der abgekühlten Tarte verstreichen. Mit frischen Zitronenscheiben, Zitronenschale und frischer Minze garnieren.

Für 8 Portionen

INDEX

A

- Äpfel, Apfel
 - Dulce-de-Leche-
Apfeltarte 271–272
 - Gebackener Brie 152
- Apfel-Vinaigrette 121
- Artischocken
 - Gebackener Spinat-
Artischocken-Dip mit
Knoblauchtoast 141–142
 - Gedünstete Artischocken mit
Knoblauchbutter 187
 - Hähnchen-Piccata mit
Artischockenherzen 217
 - Last-Minute-Partydip 151
- Aufstriche
 - 1919 Pimiento Cheese 91
 - Bacon-Tomaten-Drip-Jam 84
 - Einfache Kräuter-
Mayonnaise 79
 - Jalapeño-Drip-Jam 85
 - Pops Erdbeerkonfitüre 22
- Avocados
 - Guacamole 147
 - Mexikanischer Jicama-Salat 207
 - Tortilla-Suppe 103

B

- Bacon. *Siehe* Speck
- Balsamicoreduktion 168
- Bananen
 - Bananenbrot 69–71
 - Tante Opals
Bananenpudding 285

Basilikum

- Gebackene Bruschetta
mit Tomaten, Basilikum &
Fontina 145
- Gegrillte Sandwiches
mit Havarti, Tomaten &
Basilikum 93
- Pfirsich-Caprese 119
- Tomaten-Basilikum-Suppe mit
gegrillten Käsehäppchen 109
- Birnen-Vinaigrette, Rucola-
Schichtsalat mit 123
- Blaubeeren. *Siehe* Heidelbeeren
- Blumenkohlsuppe 106
- Bohnen
 - Backblech-Nachos 153
 - Gaines-Chili 254
 - Grüne Bohnen mit
Mandeln 177
 - King-Ranch-Hähnchenauflauf
mit mexikanischem Jicama-
Salat 207–208
 - Party-Queso 137
 - Shepherd's Pie 244–245
 - Weißer-Bohnen-Hummus 155

Brokkoli-Soufflé-Auflauf 173

Brot. *Siehe auch* Brötchen; Scones

- Bananenbrot 69–71
- Croutons 127
- Gebackene Bruschetta
mit Tomaten, Basilikum &
Fontina 145
- Jalapeño-Maisbrot 260
- Knoblauchbrot mit geröstetem
Elefantknoblauch 139

Knoblauchtoast 141

- Schnelle Orangen-Walnuss-
Schnecken 59

Brötchen

- Drop Biscuits mit Speck &
Greyerzer 51
- Jojos Brötchen 19

Brotpudding

- Boursin-Brotpudding mit
gebackenen Eiern, Spinat &
Speck 31
- Herzhafter Käse-Schinken-
Brotpudding mit Tomaten-
Hollandaise 39–40
- Overnight French Toast 43
- Schokoladen-Orangen-
Brotpudding 291

Brownie-Tarte 275

- Brühe, Hausgemachte Hühner- 216
- Bruschetta mit Tomaten, Basilikum
& Fontina, Gebackene 145
- Burger mit Drip-Jam, Gaines-
Brothers- 83
- Buttermilch-Ranch-Dressing 127

C

Chili, Gaines- 254

Chilis

- 1919 Pimiento Cheese 91
- Cremiger Kürbisaufwurf mit
grünen Chilis 179
- Eingelegte Jalapeños 251–253
- Jalapeño-Drip-Jam 85
- Jalapeño-Maisbrot 260
- Jalapeño-Sour-Cream 247–248
- Party-Queso 137

Cookies. *Siehe* Kekse

Croutons 127

Curry-Hähnchensalat mit gerösteten
Nüssen 81

D

Desserts. *Siehe auch* Kuchen; Kekse;

Donuts

Buttermilch-Heidelbeer-

Auflauf 289

Dulce-de-Leche-

Apfeltarte 271–272

Gegrillte Honig-Thymian-

Pfirsiche mit Vanilleeis &
gereiftem Balsamico 279

Kirsch-Mandel-Crisp 277

Minas Zitronenriegel 307

Mocha-Trifle 287

Pfirsich-Mandel-Tarte

mit aufgeschlagenem
Mascarpone 268–269

Pie- & Tarte-Boden 30

Schokoladen-Orangen-

Brotpudding 291

Spiced Pecan Pie 273

Strawberry Shortcake 283

Tante Opals

Bananenpudding 285

Zitronentarte 267

Dips

Frische Tomatensalsa 159

Gebackener Spinat-

Artischocken-Dip mit

Knoblauchtoast 141–142

Guacamole 147

Last-Minute-Partydip 151

Party-Queso 137

Weiß-Bohnen-Hummus 155

Donuts

Syrische Donuts 45–49

Vanillekuchen-Donuts mit

Ahorn-Glasur 41

Dressings

Apfel-Vinaigrette 121

Birnen-Vinaigrette 123

Buttermilch-Ranch-

Dressing 128

Rotwein-Vinaigrette 129

Dulce-de-Leche-Apfeltarte 271–272

E

Eier. *Siehe auch* Quiche

Boursin-Brotpudding mit

gebackenen Eiern, Spinat &

Speck 31

Eggs-Benedict-Auflauf 37

Eiersalat-Sandwiches 95

Overnight French Toast 43

Paprika-Pancetta-Frittata 97

Russische Eier 135

Eingelegte Jalapeños 251–253

Eintopf mit Jalapeño-Maisbrot,
Rinder- 259

Enchiladas

Beef Enchiladas 255

Sour-Cream-Hähnchen-

Enchiladas 195–196

Erdbeeren

Pops Erdbeerkonfitüre 22

Strawberry Shortcake 283

F

Fisch

Fisch-Tacos mit Rotkohl-

Mango-Slaw 232

Gegrillter Lachs mit Meyer-

Zitronen & cremigem

Gurkensalat 231

Kabeljau-Päckchen mit Zitrone
& Gemüse 235

French Toast, Overnight 43

Frittata, Paprika-Pancetta 97

Frühstücksspeck. *Siehe* Speck

G

Gemüse. *Siehe auch* einzelne Sorten
für eine Rohkostplatte

zubereiten 156

Kabeljau-Päckchen mit Zitrone
& Gemüse 235

Gravy, Bobos klassisches 23

Grüne Bohnen

Grüne Bohnen mit

Mandeln 177

Shepherd's Pie 244–245

Grünkohl

Schleifchen-Pasta mit

Baby-Grünkohl &
sonnengetrockneten

Tomaten 229

Wurst-Grünkohl-Suppe 111

Guacamole 147

Gurken

Cremiger Gurkensalat 231

Gurken-Kimchi-Salat 237–239

Libanesischer Salat 241–243

H

Hackbraten. *Siehe* Meat Loaf

Hähnchen

Chicken & Dumplings 215

Chicken Pot Pie 199–200

Curry-Hähnchensalat mit
gerösteten Nüssen 81

Das perfekte

Brathähnchen 203–204

Dedication Casserole 201

Fried Chicken mit süßer Mohn-
Honigsauce 223–224

Gebackenes Hähnchen mit
Speck & Wildreis 221

Hähnchen-Piccata mit
Artischockenherzen 217

Hähnchensalat-Croissant-
Sandwiches 86

Hähnchen-Spaghetti 213

Hähnchen-Wildreis-Suppe 107

- Hausgemachte
Hühnerbrühe 216
King-Ranch-Hähnchenauflauf
mit mexikanischem Jicama-
Salat 207–208
Mandel-Hähnchenfilets 211
Mrs. Gails Hähnchen mit
Fettuccine Alfredo 219–220
Pochierte Hähnchenbrust 87
Sour-Cream-Hähnchen-
Enchiladas 195–196
Tortilla-Suppe 103
Häppchen & Vorspeisen. *Siehe auch*
Dips
Backblech-Nachos 153
Becks Kracker 149
Gebackene Bruschetta
mit Tomaten, Basilikum &
Fontina 145
Gebackener Brie 152
Knoblauchbrot mit geröstetem
Elefantenknoblauch 139
Kräuter-Cheddar-Scones 138
Russische Eier 135
Heidelbeeren
Buttermilch-Heidelbeer-
Auflauf 289
Heidelbeerkompott 301–302
Rosenkohlsalat 117
Himbeer-Chipotle-Schweinefilet,
Gegrilltes 233
Hummus, Weiße-Bohnen- 155
- J**
Jalapeños. *Siehe* Chilis
Jicama-Salat, Mexikanischer 207
- K**
Kartoffeln
Fladenbrot-Pizza mit Prosciutto
& Frühkartoffeln 89
Jos Fatayar mit libanesischem
Salat 241–243
Kartoffelgratin 175
Kartoffelpüree 183
Kartoffelsuppe mit Speck 105
Mini-Kartoffelgratin-Stapel 181
Shepherd's Pie 244–245
Wurst-Bratkartoffel-Auflauf 35
Wurst-Grünkohl-Suppe 111
Käse
1919 Pimiento Cheese 91
Backblech-Nachos 153
Beckis Mac & Cheese 171
Beef Enchiladas 255
Boursin-Brotpudding mit
gebackenen Eiern, Spinat &
Speck 31
Brokkoli-Soufflé-Auflauf 173
Cheddar-Cremesuppe 113
Cheese Grits mit Knoblauch 33
Cremiger Kürbisaufguss mit
grünen Chilis 179
Dedication Casserole 201
Drei-Käse-Quiche 27
Drop Biscuits mit Speck &
Greyerzer 51
Fladenbrot-Pizza mit Prosciutto
& Frühkartoffeln 89
Gaines-Brothers-Burger mit
Drip-Jam 83
Gebackene Bruschetta
mit Tomaten, Basilikum &
Fontina 145
Gebackener Brie 152
Gebackener Spinat-
Artischocken-Dip mit
Knoblauchtoast 141–142
Gegrillte Sandwiches
mit Havarti, Tomaten &
Basilikum 93
Hähnchen-Spaghetti 213
Herzhafter Käse-Schinken-
Brotpudding mit Tomaten-
Hollandaise 39–40
Jos Fatayar mit libanesischem
Salat 241–243
Kartoffelgratin 175
Kartoffelsuppe mit Speck 105
King-Ranch-Hähnchenauflauf
mit mexikanischem Jicama-
Salat 207–208
Kräuter-Cheddar-Scones 138
Last-Minute-Partydip 151
Mini-Kartoffelgratin-Stapel 181
Mrs. Gails Hähnchen mit
Fettuccine Alfredo 219–220
Party-Queso 137
Pfirsich-Caprese 119
Radicchio-Salat mit Apfel-
Vinaigrette 121
Ricotta-Pancakes 57
Rucola-Schichtsalat mit Birnen-
Vinaigrette 123
Sour-Cream-Hähnchen-
Enchiladas 195–196
Spargel-Fontina-Quiche 29
Spinat-Quiche mit Pilzen &
Schweizer Käse 25
Tomaten-Basilikum-Suppe mit
gegrillten Käsehäppchen 109
Tortilla-Suppe 103
Wurst-Bratkartoffel-Auflauf 35
Kekse
Chocolate Chip Cookies 305
Key Lime Icebox Cookies 312
Shortbread Cookies mit
Schokoladenglasur 309
Zitronen-Lavendel-Icebox-
Cookies 311–312
Kerne
Geröstete Kürbiskerne 116
rösten 81

Key Lime Icebox Cookies 312

Kirschen

Jos schneller Beilagensalat 129

Kirsch-Mandel-Crisp 277

Knoblauch

Cheese Grits mit Knoblauch 33

Gedünstete Artischocken mit

Knoblauchbutter 187

Knoblauchbrot mit geröstetem

Elefantenknoblauch 139

Knoblauch-Kräuter-

Tomaten 185

Knoblauchtoast 141

Kohl

Kohl & Speck im

Schmortopf 172

Rotkohl-Mango-Slaw 232

Kräcker, Becks 149

Kräuter. *Siehe auch* Basilikum

Einfache Kräuter-

Mayonnaise 79

Knoblauch-Kräuter-

Tomaten 185

Kräuter-Cheddar-Scones 138

Kuchen

Bevies Schokoladenrolle mit

Fudge-Sauce 295–297

Schokoladen-Cola-Kuchen

mit Schokoladen-Cola-

Buttercreme 293

Walnuss-Zimtwirbel-Kuchen

mit knusprigem Walnuss-

Topping 60

Zitronen-Angel-Food-Cake

mit frischem Heidelbeer-

kompott 301–302

Zitronen-Gugelhupf 299

Zitronen-Mohn-Kuchen 315

Kürbis

Cremiger Kürbisauflauf mit

grünen Chilis 179

Herbstliche Butternutkürbis-

Suppe 115

Kabeljau-Päckchen mit Zitrone

& Gemüse 235

Kürbiskerne, Geröstete 116

L

Lachs mit Meyer-Zitronen &

cremigem Gurkensalat,

Gegrillter 231

M

Mais

Jalapeño-Maisbrot 260

Mais-Spoonbread 189

Rindereintopf mit Jalapeño-

Maisbrot 259

Tortilla-Suppe 103

Mandeln

Curry-Hähnchensalat mit

gerösteten Nüssen 81

Grüne Bohnen mit

Mandeln 177

Kirsch-Mandel-Crisp 277

Mandel-Hähnchenfilets 211

Pfirsich-Mandel-Tarte

mit aufgeschlagenem

Mascarpone 268–269

Rosenkohlsalat 117

Mayonnaise, Einfache Kräuter- 79

Meat Loaf 257

Mocha-Trifle 287

Mohn

Süße Mohn-Honigsauce 225

Zitronen-Mohn-Kuchen 315

N

Nachos, Backblech- 153

Nudeln

Beckis Mac & Cheese 171

Hähnchen-Spaghetti 213

Mrs. Gails Hähnchen mit

Fettuccine Alfredo 219–220

Schleifchen-Pasta mit

Baby-Grünkohl &

sonnengetrockneten

Tomaten 229

Nüsse. *Siehe auch* Mandeln,

Pekannüsse, Walnüsse

rösten 81

O

Oliven

Backblech-Nachos 153

Knoblauchbrot mit geröstetem

Elefantenknoblauch 139

Orangen

Jos schneller Beilagensalat 129

Schnelle Orangen-Walnuss-

Schnecken 59

Schokoladen-Orangen-

Brotpudding 291

P

Pancakes

Die allerbesten, fluffigen

Pancakes 53

Ricotta-Pancakes 57

Pancetta-Frittata, Paprika- 97

Paprikas. *Siehe auch* Chilis

Hähnchen-Spaghetti 213

Paprika-Pancetta-Frittata 97

Weißer-Bohnen-Hummus 155

Pasta. *Siehe* Nudeln

Pekannüsse

1919 Pimiento Cheese 91

Brownie-Tarte 275

Gebackener Brie 152

Jos schneller Beilagensalat 129

Kandierte Pekannüsse 292

Karamellisierte Walnüsse oder

Pekannüsse 125

- Radicchio-Salat mit Apfel-Vinaigrette 121
 Rosenkohl mit knusprigem Speck, gerösteten Pekannüssen & Balsamicoreduktion 167
 Schokoladen-Orangen-Brot pudding 291
 Spiced Pecan Pie 273
 Syrische Donuts 45–49
 Pfannkuchen. *Siehe* Pancakes
 Pfirsiche
 Gegrillte Honig-Thymian-Pfirsiche mit Vanilleis & gereiftem Balsamico 279
 Pfirsich-Caprese 119
 Pfirsich-Mandel-Tarte mit aufgeschlagenem Mascarpone 268–269
 Pie- & Tarte-Boden 30
 Pilze
 Hähnchen-Spaghetti 213
 Hähnchen-Wildreis-Suppe 107
 Sonntags-Beef-Tips 261
 Spinat-Quiche mit Pilzen & Schweizer Käse 25
 Pizza mit Prosciutto & Frühkartoffeln, Fladenbrot- 89
 Prosciutto & Frühkartoffeln, Fladenbrot-Pizza mit 89
 Pudding, Brot-. *Siehe* Brot pudding
 Pudding, Tante Opals Bananen- 285
- Q**
 Quiche
 Drei-Käse-Quiche 27
 Spargel-Fontina-Quiche 29
 Spinat-Quiche mit Pilzen & Schweizer Käse 25
- R**
 Reis
 Dedication Casserole 201
 Gebackenes Hähnchen mit Speck & Wildreis 221
 Hähnchen-Wildreis-Suppe 107
 Mexikanischer Reis 197
 Spinat-Lauch-Risotto 227
 Tortilla-Suppe 103
 Riegel, Minas Zitronen- 307
 Rindfleisch
 Backblech-Nachos 153
 Beef Enchiladas 255
 Gaines-Brothers-Burger mit Drip-Jam 83
 Gaines-Chili 254
 Jos Fatayar mit libanesischem Salat 241–243
 Meat Loaf 257
 Moms Bulgogi mit Gurken-Kimchi-Salat 237–239
 Rindereintopf mit Jalapeño-Maisbrot 259
 Rinderfilet mit Jalapeño-Sour-Cream 247–248
 Shepherd's Pie 244–245
 Sonntags-Beef-Tips 261
 Risotto, Spinat-Lauch- 227
 Rosenkohl
 Rosenkohl mit knusprigem Speck, gerösteten Pekannüssen & Balsamicoreduktion 167
 Rosenkohlsalat 117
 Rotkohl-Mango-Slaw 232
 Rucola-Schichtsalat mit Birnen-Vinaigrette 123
- S**
 Salat
 Cremiger Gurkensalat 231
 Curry-Hähnchensalat mit gerösteten Nüssen 81
 Gurken-Kimchi-Salat 237–239
 Jos schneller Beilagensalat 129
 Libanesischer Salat 241–243
 Mexikanischer Jicama-Salat 207–208
 Pfirsich-Caprese 119
 Radicchio-Salat mit Apfel-Vinaigrette 121
 Römersalat mit Buttermilch-Ranch-Dressing & Croutons 127
 Rosenkohlsalat 117
 Rucola-Schichtsalat mit Birnen-Vinaigrette 123
 Salsa, Frische Tomaten- 159
 Sandwiches
 BLT-Sandwich 77
 Curry-Hähnchensalat mit gerösteten Nüssen 81
 Eiersalat-Sandwiches 95
 Gegrillte Sandwiches mit Havarti, Tomaten & Basilikum 93
 Hähnchensalat-Croissant-Sandwiches 86
 Saucen
 Bobos klassisches Gravy 23
 Fudge-Sauce 295
 Rotwein-Sauce béarnaise 165
 Sauce hollandaise 37
 Schnelle Remoulade 188
 Süße Mohn-Honigsauce 225
 Tomaten-Hollandaise 39
 Schinken
 Blumenkohlsuppe 106
 Fladenbrot-Pizza mit Prosciutto & Frühkartoffeln 89
 Herzhafter Käse-Schinken-Brot pudding mit Tomaten-Hollandaise 39–40
 Schlagsahne, Hausgemachte 283

Schokolade

Bevies Schokoladenrolle mit
Fudge-Sauce 295–297

Brownie-Tarte 275

Chocolate Chip Cookies 305

Fudge-Sauce 296

Mocha-Trifle 287

Schokoladen-Cola-Kuchen

mit Schokoladen-Cola-
Buttercreme 293

Schokoladen-Orangen-
Brotpudding 291

Shortbread Cookies mit
Schokoladenglasur 309

Schweinefleisch. *Siehe auch* Speck;
Schinken; Wurst

Bacon-Tomaten-Drip-Jam 84

Gegrilltes Himbeer-Chipotle-
Schweinefilet 233

Scones

Kräuter-Cheddar-Scones 138

Orangen-Scones 63

Shepherd's Pie 244–245

Shortcake, Strawberry 283

Sour-Cream, Jalapeño- 247–248

Spargel

Gerösteter Spargel mit Rotwein-
Sauce béarnaise 165

Spargel-Fontina-Quiche 29

Speck

Bacon-Tomaten-Drip-Jam 84

BLT-Sandwich 77

Boursin-Brotpudding mit
gebackenen Eiern, Spinat &
Speck 31

Cheddar-Cremesuppe 113

Drop Biscuits mit Speck &
Greyerzer 51

Eggs-Benedict-Auflauf 37

Gebackenes Hähnchen mit
Speck & Wildreis 221

Kartoffelsuppe mit Speck 105

Kohl & Speck im

Schmortopf 172

Paprika-Pancetta-Frittata 97

Rosenkohl mit knusprigem

Speck, gerösteten Pekannüssen
& Balsamicoreduktion 167

Russische Eier 135

Spinat

Boursin-Brotpudding mit
gebackenen Eiern, Spinat &
Speck 31

Gebackener Spinat-

Artischocken-Dip mit
Knoblauchtoast 141–142

Spinat-Lauch-Risotto 227

Spinat-Quiche mit Pilzen &
Schweizer Käse 25

Spinat-Lauch-Risotto 227

Spoonbread, Mais- 189

Strawberry Shortcake 283

Suppen

Blumenkohlsuppe 106

Cheddar-Cremesuppe 113

Hähnchen-Wildreis-Suppe 107

Herbstliche Butternutkürbis-
Suppe 115

Kartoffelsuppe mit Speck 105

Tomaten-Basilikum-Suppe mit
gegrillten Käsehäppchen 109

Tortilla-Suppe 103

Wurst-Grünkohl-Suppe 111

T

Tacos mit Rotkohl-Mango-Slaw,
Fisch- 232

Tomaten

Bacon-Tomaten-Drip-Jam 84

BLT-Sandwich 77

FrISChe Tomatensalsa 159

Frittierte grüne Tomaten mit
schneller Remoulade 188

Gebackene Bruschetta

mit Tomaten, Basilikum &
Fontina 145

Gegrillte Sandwiches

mit Havarti, Tomaten &
Basilikum 93

Knoblauch-Kräuter-

Tomaten 185

Last-Minute-Partydip 151

Libanesischer Salat 241–243

Party-Queso 137

Schleifchen-Pasta mit

Baby-Grünkohl &
sonnengetrockneten

Tomaten 229

Tomaten-Basilikum-Suppe mit
gegrillten Käsehäppchen 109

Tomaten-Hollandaise 39–40

Tortillas

Backblech-Nachos 153

Beef Enchiladas 255

Fisch-Tacos mit Rotkohl-
Mango-Slaw 232

King-Ranch-Hähnchenauf-
lauf mit mexikanischem Jicama-
Salat 207–208

Sour-Cream-Hähnchen-
Enchiladas 195–196

Tortilla-Suppe 103

U

Utensilien 7–13

V

Vanillekuchen-Donuts mit Ahorn-
Glasur 41

Vinaigretten

Apfel-Vinaigrette 121

Birnen-Vinaigrette 123

Rotwein-Vinaigrette 129

Vorratsschrank 6

W

Walnüsse

- Karamellisierte Walnüsse oder
Pekannüsse 125
- Rucola-Schichtsalat mit Birnen-
Vinaigrette 123
- Schnelle Orangen-Walnuss-
Schnecken 59
- Syrische Donuts 45–49
- Walnuss-Zimtwirbel-Kuchen
mit knusprigem Walnuss-
Topping 60

Wurst

- Bobos klassisches Gravy 23
- Wurst-Bratkartoffel-Auflauf 35
- Wurst-Grünkohl-Suppe 111

Z

Zimt-Schnitten 65–67

Zitronen

- Gegrillter Lachs mit Meyer-
Zitronen & cremigem
Gurkensalat 231
- Minas Zitronenriegel 307
- Zitronen-Angel-Food-Cake
mit frischem Heidelbeer-
kompott 301–302
- Zitronen-Gugelhupf 299
- Zitronen-Lavendel-Icebox-
Cookies 311–312
- Zitronen-Mohn-Kuchen 315
- Zitronentarte 267

BEZUGSQUELLEN

Die meisten der im Buch erwähnten Produkte
sind in gängigen Naturkostläden erhältlich.
Sie können sie auch direkt über unseren Online-Shop
www.unimedita.de in der Kategorie „Naturkost“ erhalten.
Dort finden Sie ein großes Sortiment an ausgewählten Natur-
kostprodukten. Auch Nahrungsergänzungsmittel unserer
Eigenmarke „Unimedita“ und viele Superfoods sind dort erhältlich.