

# Mama Wiebe



**Helene Wiebe, geb. Wedel (Wann und wo geboren? Blagoweschtschenka? )**

Tag	Menge
<a href="#">mama wiebe</a>	3

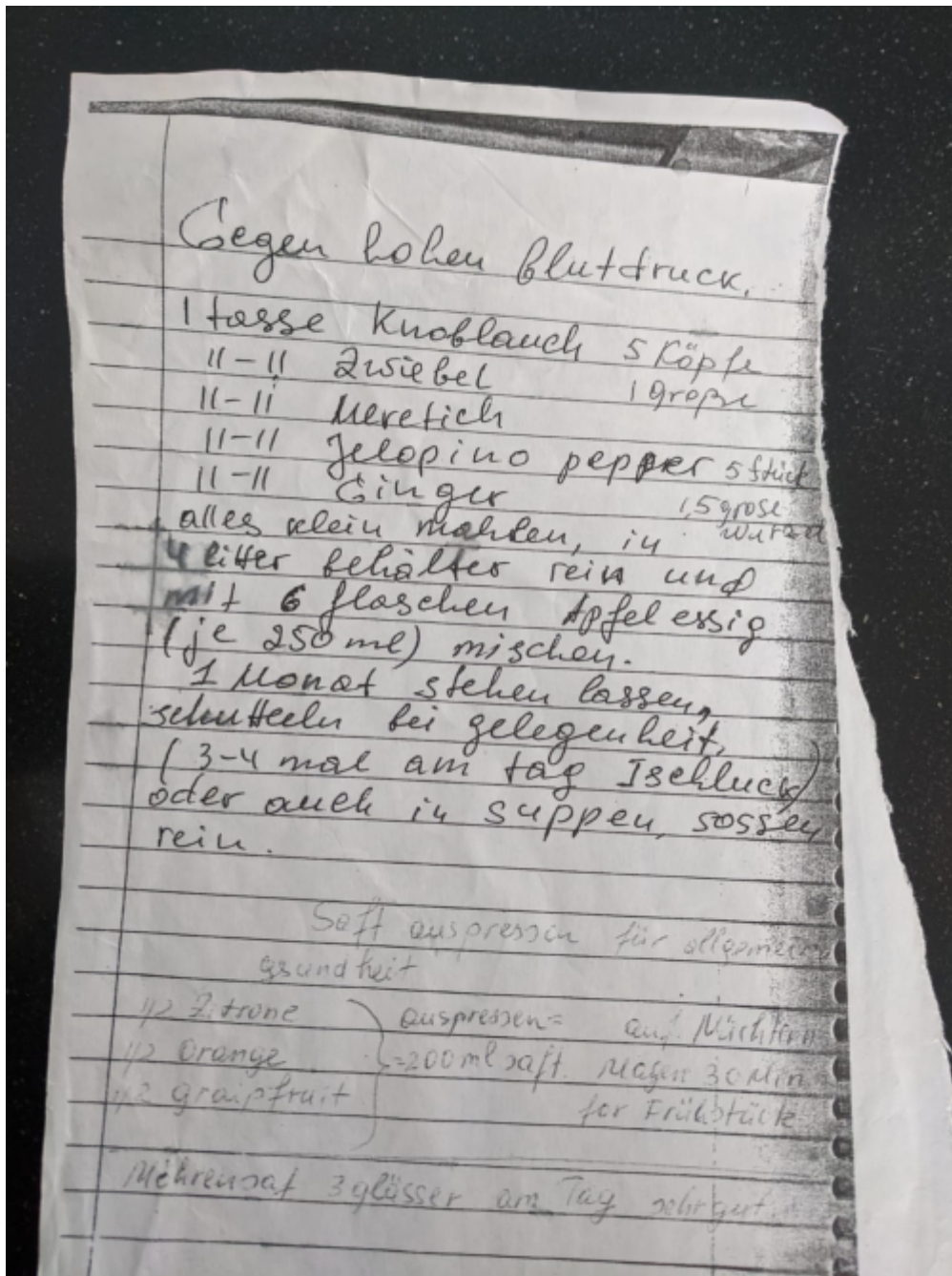
[Mittel gegen hohen Blutdruck](#) 2022/06/24 13:33 Ralf Beckesch

— [Rote Beete einmachen](#) 2026/03/31 16:35 Ralf Beckesch

[Turbo-Chicken Rezepte](#) 2024/04/05 14:40 Ralf Beckesch

## Mittel gegen hohen Blutdruck





2022/03/18 12:16 · 0 Kommentare  
mama wiebe, medizin, konserviert

### Turbo-Chicken Rezepte

- Das ist das köstlichste Hühnchen, das ich je gegessen habe! Unglaublich lecker!
  - [https://www.youtube.com/watch?v=zjg1Z3y4\\_fk](https://www.youtube.com/watch?v=zjg1Z3y4_fk)

### Turbo-Chicken One - Rezept 1 (0:00 - 8:18)



Gabs bei Mama, panierte Hähnchenbrust (nur hart von aussen angebraten), später dann in dem Gemüse zu ende gegart

## Zutaten

1. Hähnchenfilet - 4 Stk
2. Mehl - 100 g
3. Salz, Schwarzer Pfeffer, Paprika
4. Olivenöl
5. Zwiebel - 1 Stk
6. 3 Knoblauchzehen
7. Getrocknete Tomaten - 100 g
8. Paprika - 1 Stk
9. Tomatenmark - 1 EL
10. Weißer trockener Wein - 150 ml
11. Hühnerbrühe - 350 ml
12. Sahne - 150 ml
13. Spinat - 100 g
14. Dill

## Rezept 2 (8:19 - 17:00)

### Zutaten

1. 3 Stk Hähnchenschenkel
2. 150 g Speck
3. 1e Schalotte
4. 300 g Pilze
5. 3 Knoblauchzehen
6. 150 ml Trockener Weißwein
7. 100 ml Hühnerbrühe
8. 1 EL Mehl
9. 180 ml Heavy Sahne
10. Petersilie
11. Salz
12. Schwarzer Pfeffer
13. Paprika
14. Olivenöl

## Rezept 3

### Zutaten

1. Hähnchenschenkel - 5 Stk
2. Zwiebel - 1 Stk
3. Sellerie - 2 Stiele
4. Paprika - 1 Stk
5. 2 Knoblauchzehen
6. Tomatenmark - 1 EL
7. Hühnerbrühe - 500 ml
8. Reis - 1 Tasse
9. Kirschtomaten - 150 g
10. Zitrone - 1 Stk
11. Petersilie
12. Salz, Schwarzer Pfeffer, Oregano
13. Olivenöl

2023/10/10 09:33 · [0 Kommentare](#)  
[mama wiebe](#), [hauptgericht](#)

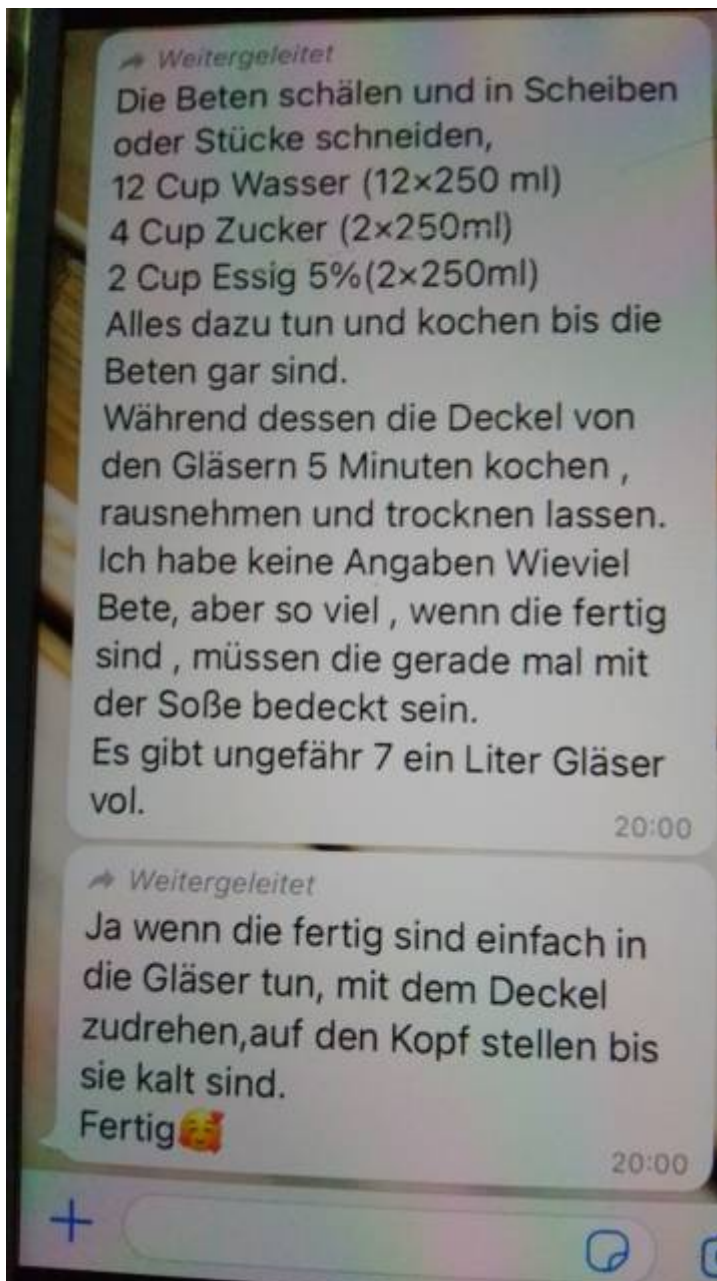
## — Rote Beete einmachen



- Die Beten schälen und in Scheiben oder Stücke schneiden,
- 12 Cup Wasser (12×250 ml)
- 4 Cup Zucker (2×250ml)
- 2 Cup Essig 5%(2×250ml)
- Alles dazu tun und kochen bis die Beten gar sind.
- Während dessen die Deckel von den Gläsern 5 Minuten kochen , rausnehmen und trocknen lassen.
- Ich habe keine Angaben Wieviel Bete, aber so viel , wenn die fertig sind , müssen die gerade mal mit der Soße bedeckt sein.

Es gibt ungefähr 7 ein Liter Gläser vol.

- Wenn die fertig sind einfach in die Gläser tun, mit dem Deckel zudrehen, auf den Kopf stellen bis sie kalt sind.



2022/03/18 12:27 · 0 Kommentare

[mama wiebe](#), [antipasti](#), [vegan](#), [eingemacht](#), [konserviert](#), [beilage](#)

From:

<https://recipes.beckesch.it/> - **Rezeptesammlung von Helene und Ralf Beckesch**

Permanent link:

[https://recipes.beckesch.it/mama\\_wiebe](https://recipes.beckesch.it/mama_wiebe)

Last update: **2022/05/24 22:03**

