

# Vegetarisch

<a href="#">Ferdinändchen</a>	2021/12/21 11:49 Ralf Beckesch
<a href="#">Französische Kartoffeln</a>	2022/11/11 11:19 Ralf Beckesch
<a href="#">Gazpacho</a>	2022/08/10 09:50 Ralf Beckesch
<a href="#">Honigmelonen-Mango-Tomatensalat</a>	2021/06/22 08:58 Ralf Beckesch
<a href="#">Krautköpfe einlegen</a>	2022/11/11 11:18 Ralf Beckesch
<a href="#">Leipziger Allerlei</a>	2021/05/20 06:41 Ralf Beckesch
<a href="#">Mayonnaise Ersatz ohne Ei</a>	2022/04/20 11:13 Ralf Beckesch
<a href="#">Olive Garden Breadsticks + Dip</a>	2021/08/10 17:54 Ralf Beckesch
<a href="#">Semmelschnitten</a>	2021/05/20 06:42 Ralf Beckesch
— Topfenknödel	2026/03/31 15:42 Ralf Beckesch

## Ferdinändchen

- <https://www.chefkoch.de/rezepte/3287141488140815/Ferdinanden.html>



### Teig

- 300 g Vollkornweizenmehl
- 42 g Hefe
- 1 EL Zucker
- 100 ml Milch
- 2 Ei(er)
- 1 Prise(n) Salz

### Füllung

- 100 g Butter
- 100 g Zucker

### Guss

- 100 ml Milch
- etwas Vanilleschote(n)

- 3 EL Zucker

Dies ist ein einfaches, traditionelles Hefeschneckenrezept aus Siebenbürgen - bei uns so eine Art Familiengebäck - frei nach dem handschriftlichem Originalrezept meiner Oma.

Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine kleine Mulde machen, die Hefe zusammen mit Zucker in der Milch auflösen, in einem Glas etwas stehen lassen, die Hefe-Milch-Lösung in die Mehlmulde gießen und mit etwas Mehl bestäuben. Die Hefe so an einem warmen Ort gehen lassen bis sich Blasen bilden (ca. 15 Minuten). Dann die restlichen Zutaten dazugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Den Teig dann dünn auswalken (ca. auf die Größe eines Backbleches), als Fülle den Zucker und die Butter schaumig rühren und den ausgewalkten Teig mit der Fülle gleichmäßig bestreichen. Den Teig über die längere Seite einrollen und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. In einer runden, leicht gebutterten Backform (keine Springform) oder in einem Kochtopf die Ferdinanden mit ein wenig Abstand zueinander zusammenstellen und ca. 2 Stunden gehen lassen, bis sie doppelt so groß geworden sind.

Den Topf bei 180 - 200 Grad in den vorgeheizten Backofen auf die 2. Schiene von unten geben. In der Zwischenzeit Milch, Vanille und Zucker heiß machen und rühren, bis der Zucker geschmolzen ist. Nach 25 Minuten die Ferdinanden mit dieser heißen Vanillemilch übergießen und nochmals für 5 - 7 Minuten backen, bis sie goldbraun aussehen. Aus dem Ofen nehmen und in der Form auskühlen lassen.

Von diesem Grundrezept ausgehend kann nach Belieben variiert werden. Die Fülle kann z. B. mit Mandelsplittern, Kokosflocken oder Nüssen angereichert werden. Für eine leckere **vegane Variante** nimmt man z. B. pflanzliche Margarine, Mandelmilch und zwei Löffel Apfelmus (statt der Eier).

2021/05/12 22:39 · [0 Kommentare](#)

[siebenbuergisch](#), [oma beckesch](#), [vegetarisch](#), [gebaeck](#) und [kuchen](#)

## Französische Kartoffeln



- <https://schnatterkocht.blogspot.com/2017/04/franzosische-kartoffeln.html>
  - {{ :rezepte:franzoesische\_kartoffeln.pdf |  
}}

## Zutaten:

- 600 g Kartoffeln (fest kochende) - 5 Eier (hart gekocht) - 200 ml Rahm - Salz / Pfeffer nach Geschmack - 2 Esslöffel Semmelbrösel - etwas Butter

2022/11/11 10:22 · 0 Kommentare  
[siebenbuergisch](#), [mama beckesch](#), [vegetarisch](#)

## Gazpacho

- <https://www.lecker.de/klassische-gazpacho-63563.html>



## Zutaten

für 4 Personen

- 3 Scheiben Toastbrot
- 1 kg reife Tomaten
- 1 rote Paprikaschote
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Gemüsebrühe (Instant)
- 4 EL Olivenöl
- 3 EL Rotwein-Essig
- Salz, Pfeffer
- 2 Zwiebeln
- 1 kleine grüne Paprikaschote
- 1/2 Salatgurke (ca. 150 g)
- 1 Prise Zucker
- einige Spritzer Zitronensaft
- 1/2 Bund Basilikum

## Zubereitung

1. Toastbrot entrinden und die Scheiben in kaltem Wasser einweichen. Tomaten waschen, kreuzweise einritzen und in einer Schüssel mit gekochtem Wasser ca. 1-2 Minuten brühen, anschließend abschrecken und die Haut mit einem kleinen Küchenmesser abziehen. Tomaten halbieren und jeweils den Strunk keilförmig ausschneiden.
2. Rote Paprika putzen, waschen und fein würfeln. Knoblauch schälen. Toastbrot mit den Händen ausdrücken. 150 g Tomaten und 1 EL Paprikastücke beiseitelegen, den Rest sowie Knoblauch und Brot mit einem Stabmixer glatt pürieren.
3. Brühe in 3 EL heißem Wasser auflösen. Brühe, 2 EL Olivenöl und Essig in das Püree rühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ca. 4 Stunden (oder über Nacht) kalt stellen.
4. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Grüne Paprikaschote und Gurke putzen, waschen und fein würfeln. Übrige Tomaten vierteln, entkernen und fein würfeln. Suppe mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken.
5. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein schneiden.

Suppe anrichten, mit Gemüsewürfeln und Basilikum bestreuen und mit 2 EL Öl beträufeln.

## Ernährungsinfo

1 Portion ca. : 200 kcal 840 kj 5 g Eiweiß 12 g Fett 19 g Kohlenhydrate

2022/08/10 09:50 · 0 Kommentare

[vegan](#), [vegetarisch](#), [lowcarb](#), [helene beckesch](#), [internet](#), [suppe](#), [hauptgericht](#)

## Honigmelonen-Mango-Tomatensalat

- <https://www.chefkoch.de/rezepte/2138391343664918/Honigmelonen-Mango-Tomatensalat-mit-Feta-Kaese-und-Honigdressing.html>



## Zutaten für vier Personen

- 12 x m.-große Tomaten
- 1 x m.-große Honigmelone
- 1 x m.-große Mango
- 2 x Pck. Feta-Käse
- 1 x kleine rote Zwiebel
- 4 EL flüssiger Honig
- 4 EL dunkler Essig
- 4 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Tomaten, Honigmelone, Mango, Zwiebel und Feta-Käse in Würfel schneiden. Alles zusammen in eine Schüssel geben und vermengen.

Aus Honig, dunklem Essig, Olivenöl, Salz und Pfeffer ein Dressing herstellen und über den Salat geben. Danach 15 Min. im Kühlschrank durchziehen lassen und vor dem Anrichten mit Honig beträufeln.

Dazu essen wir Chili-Limonen-Hähnchen oder Garnelenspieße mit Baguette.

2021/06/22 08:58 · 0 Kommentare

[salat](#), [vegetarisch](#), [beilage](#)

## Krautköpfe einlegen



- <https://schnatterkocht.blogspot.com/2017/09/krautkopfe-einlegen.html>
  - TODO

### Zutaten:

- Krautköpfe - 40 g Salz pro Liter Wasser - Dillstangen - Meerrettich - Maiskolben (trocken) - 1 Quitte - Bohnenkraut - Fass - Schlauch (zum Belüften)

2022/11/11 10:20 · 0 Kommentare  
[siebenbuergisch](#), [konserviert](#), [vegetarisch](#), [vegan](#)

## Leipziger Allerlei



- Möhren
- Tiefkühlerbsen
- Spargel
- Butter
- Mehl
- Zwiebel
- Schmand
- Petersilie

In der Butter die Zwiebel glasig garen, und dann das Mehl drauf → Mehlschwitze. Nun die In Scheibchen geschnittenen Möhren dazu geben und erstmal ein bisschen garen lassen (die brauchen am längsten). Wenn es sich um frischen Spargel handelt, diesen in Stückchen geschnitten dazugeben, der braucht auch lang. Ansonsten nach 10-15 Minuten die Erbsen hinzugeben, und im Falle von Spargel aus dem Glas diesen 5 Minuten nach den Erbsen zerschnibbelt reinwerfen. Zum Schluß noch Schmand und Petersilie dazu und noch ein bissl köcheln lassen.

Fertig!

2021/05/11 12:35 · 0 Kommentare  
beilage, vegetarisch

## Mayonnaise Ersatz ohne Ei



Einfach und schnell zubereitet. Dies ist ein großartiger Ersatz für Mayonnaise. Die Sauce passt gut zu Gemüse, Salaten, Fisch!

### Zutaten:

- 100 ml (1/2 Tasse) Milch
- 200 ml (1 Tasse) Olivenöl
- 2 - 3 EL Zitronensaft
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- 1 Knoblauchzehe
- Petersilie
- Schnittlauch

## Zubereitung

1. Milch + Öl in Mixgefäß geben
2. Mit Stabmixer ~ 1 Minute lang schlagen
  - Den Mixer ausgeschalten ins Gefäß tuen, am Boden erst einschalten und im weiteren den Mixer auch nicht vom Gefäßboden anhaben -
3. In diese Emulsion nun den Zitronensaft, Gewürze und Kräuter geben und mit dem Stabmixer durchrühren.. Fertig!

2022/04/20 05:51 · [0 Kommentare](#)  
[sosse](#), [vegetarisch](#), [bbq](#) und [grillen](#)

## Olive Garden Breadsticks + Dip



### Breadsticks

Das ist eine Nachahmung der Breadsticks vom Olive Garden in Winnipeg. Der Text auf dieser Seite, entspricht HElenes Ausdruck aus ihrem Kochbuch <sup>1)</sup>. Unter dem Link ist zum Teil ausführlicher formuliert. Gefunden haben wir es hier bei CookingClassy:

- <https://www.cookingclassy.com/olive-garden-breadsticks-copycat-recipe/>
  - [cookingclassy.com-breadsticks\\_recipe\\_olive\\_garden\\_copycat.pdf](https://www.cookingclassy.com-breadsticks_recipe_olive_garden_copycat.pdf)

### Sticks

- 1 cup + Tbsp warm water (110-115 degrees)
- 1 1/4 Tsp ctive dry yeast
- 2 Tbsp granulated sugar - divided


- 3 - 3 1/4 cups all-purpose flour
- 1 3/4 Tsp salt
- 3 Tbsü vegetable oil

## Topping

- 2 Tbsp margarine or butter
- 1/2 Tsp salt
- 1/4 Tsp garlic powder

## Directions



1. In the bowl of an electric stand mixer, whisk together warm water, yeast and 1/2 tsp granulated sugar until yeast has dissolved. Allow to rest 10 minutes. Add in remaining 1 Tbsp + 2 1/2 tsp granulated sugar, 1 1/2 cups flour, salt and vegetable oil, then fit mixer with paddle attachment and blend mixture until well combined. Switch mixer to dough hook attachment, add in remaining 1 1/2 cups flour and knead mixture on low speed, adding up to 1/4 cup additional flour as needed, and knead until dough is smooth and elastic (dough should pull away from sides of the bowl but still be slightly sticky). Transfer dough to a large buttered mixing bowl, cover with plastic wrap and allow to rest in a warm place free from draft until double, about 1 1/2 hours.
2. Punch dough down, divide into 12 equal portions (2 ounces each by weight), keep them covered with plastic wrap as you work. Roll each piece into a 9 inch rope on a lightly floured surface, then transfer to two silpat lined or buttered cookie sheets. Cover and let rise 1 hour. Preheat oven to 425 degrees during the last 10 minutes of rising.
3. Bake in preheated oven 11-13 minutes until golden (I actually broiled mine during the last minute for a perfectly golden crust). Meanwhile, in a small bowl whisk together 1/2 tsp salt and garlic powder. Remove breadsticks from oven and run a stick of margarine or butter over the hot breadsticks and immediately sprinkle with salt mixture. Server warm or allow to cool and store in an airtight container 

## Dip

- 200gr Mayo

- 240 gr Schmand
- 1 Esslöffel Dill
- 1 CHinesische Zehe Knoblauch <sup>2)</sup>
- 1 Esslöffel Petersilie
- 1/2 Teelöffel Salz

Alles verrühren, bon appetite!

2021/06/22 19:14 · 0 Kommentare

[brot und broetchen](#), [beilage](#), [sosse](#), [vegetarisch](#)

## Semmelschnitten



- Toastbrot, Weißbrot oder Baguette
- Eier
- Vanille
- Milch
- Apfelmus, Marmelade oder einfach Zimt und Zucker

1. Milch in einen Suppenteller geben und mit der Vanillie mischen
2. Eier in einen zweiten Suppenteller geben und schlagen (mischen)
3. Nun die einzelnen Brotscheiben beidseitig in die Milch tunken und sich leicht vollsaugen lassen
4. direkt dannach beidseitig mit dem Ei benetzen
5. in der Pfanner gold braun Braten

Fertig!

2021/05/11 12:31 · 0 Kommentare

[nachtisch](#), [brot](#), [vegetarisch](#), [mama beckesch](#)

## — Topfenknödel



Für ca 6 Personen

Teig

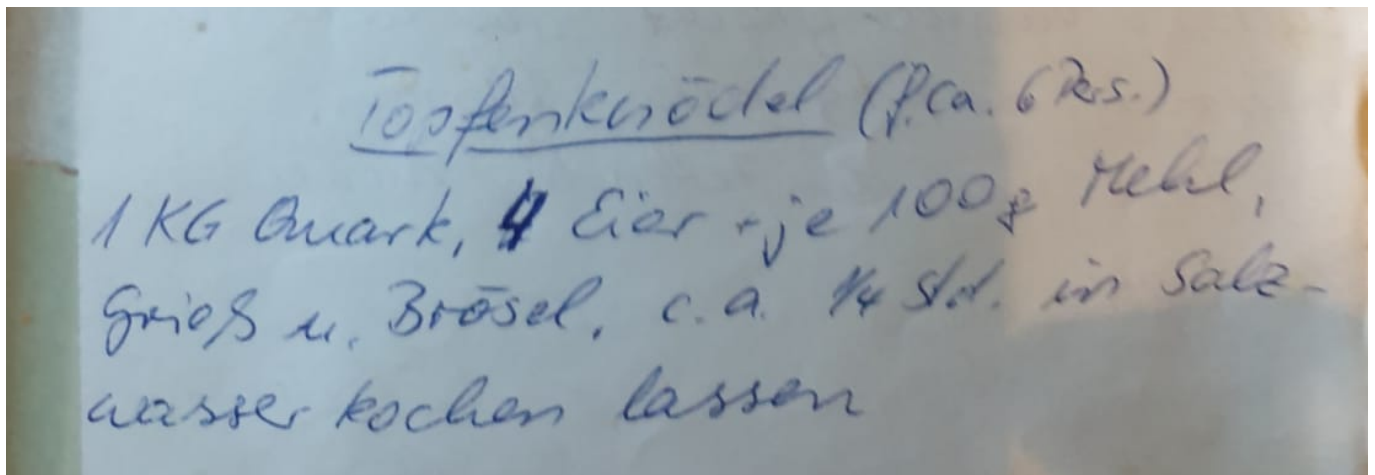
- 1 Kg Quark
- 4 Eier
- 100 gr Mehl
- 100 gr Grieß

Semmelbrösel

- 100 gr Semmelbrösel
- Butter

Den Teig anrühren und dann ca 1/4 Stunde in Salzwasser ziehen lassen.

Die Semmelbrösel in der Pfanne Goldbraun (oder nach Geschmack) anbraten.



**Aus dem Internet**

- <https://www.chefkoch.de/rezepte/436201135216976/Siebenbuergische-Topfenknoedel.html>



(Für vier Personen)

- 500 g Quark (Magerquark)
- 2 Ei(er)
- 200 ml Grieß
- 1 Prise(n) Salz
- Mehl
- 100 g Zucker
- 100 g Semmelbrösel
- Butter
- n. B. Marmelade

Den Quark mit dem Grieß, den Eiern und einer Prise Salz gut durchmischen, kneten und mindesten 30 Minuten ziehen lassen. Aus dem Teig Knödel formen, evtl. die Hand dabei mit etwas Mehl einstauben, damit es nicht so klebt. Alternativ die Knödel mit einem großen Löffel formen. Die geformten Knödel gleich in einen großen Topf mit kochendem Wasser gleiten lassen. Sobald die Knödel schwimmen, sind sie auch schon fertig.

In einer Pfanne Butter zum Schmelzen bringen und den Zucker und die Semmelbrösel darin leicht bräunen. Vorsicht, nicht verbrennen lassen. Die fertigen Knödel in der Pfanne mit den Bröseln rollen, sodass sie eine Bröselkruste bekommen. Sofort warm mit Marmelade servieren. Am besten passt Hagebuttenmarmelade (Hetschenpetsch), gut geht auch Aprikosenmarmelade.

## QUARKKLÖSSE (TOPFENKNÖDEL)

(Túrógombóc)

600 g Quark

2 Eier

100 g Grieß

2 EL Mehl


Salz

30 g Butter

50 g Semmelbrösel

0,1–0,2 l saure Sahne

Den Quark durch ein Sieb streichen oder durch eine Kartoffelpresse drücken, mit den Eiern, dem Grieß, dem Mehl und einer Prise Salz verarbeiten. Wenigstens eine Stunde rasten lassen. Dann mit nassen Händen aus dem Teig Klöße von etwa 5 cm Durchmesser formen. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Klöße darin mindestens 10 Minuten bei schwacher Hitze kochen. Inzwischen die Semmelbrösel in der zerlassenen Butter rösten. Von den Klößen zunächst einen herausheben, durchschneiden und prüfen, ob er auch innen gar ist. Die fertigen Quarkklöße mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen, in einer feuerfesten Form mit den gerösteten Semmelbröseln bestreuen und mit erwärmter saurer Sahne begießen.

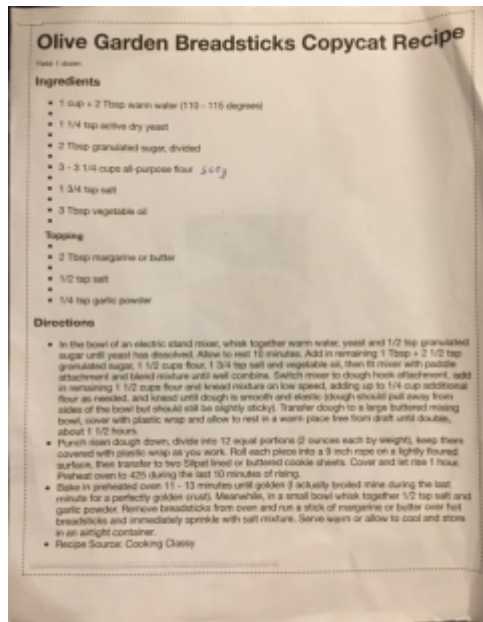
 Quarkklöße sollten immer frisch zubereitet werden.

Beim Servieren Puderzucker reichen, damit bei Tisch jeder die Quarkklöße nach Belieben süßen kann.

2021/05/12 22:51 · 0 Kommentare

[nachtisch](#), [vegetarisch](#), [siebenbuergisch](#), [gunde beckesch](#), [oma beckesch](#), [mama beckesch](#)

1)



2)

Knobi bei dem der ganze Kopf eine Zehe ist, etwas kleiner als ein Tischtennisball

From:

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

Permanent link:

<https://recipes.beckesch.it/vegetarisch>

Last update: **2022/05/24 22:01**