

井川區製

**JAHRESZEITEN** 

100

LIEBLINGSREZEPTE

SIMONE GOLLER (HRSG.)





### Bildnachweis:

Rezeptfotos von den jeweiligen Bloggern. Alle weiteren Bilder ©:

- S. 18: Thomas von Stetten/fotolia.com; S. 20: kebox/fotolia.com; S. 30: ClarkandCompany/istockphoto.com;
- S. 32: LiliGraphie/fotolia.com; S. 52: Uniyok/istockphoto.com; S. 54: Dimijana/istockphoto.com;
- S. 58: Victor\_69/istockphoto.com; S. 62: Jennifer Borton/istockphoto.com; S. 78: Smileus/istockphoto.com;
- S. 82: DavidGoh/istockphoto.com; S. 92: zzorik/fotolia.com; S. 96: Victor\_69/istockphoto.com; S. 116: valbar/istockphoto.com; S. 136: aluxum/istockphoto.com; S. 148: ~Userc33e319b\_208/istockphoto.com;
- S. 150: Sun\_Time/istockphoto.com; S. 156: pixelliebe/istockphoto.com; S. 162: jenifoto/istockphoto.com;
- S. 178: oksix/istockphoto.com; S. 192: poplasen/istockphoto.com; S. 194: Retrovizor/istockphoto.com;
- S. 196: kirin\_photo/istockphoto.com; S. 198: vicuschka/istockphoto.com; S. 204: badmanproduction/istockphoto.com; S. 206: klenova/istockphoto.com; S. 210: SlatteryMedia/istockphoto.com.

### Originalausgabe

- 2. Auflage Dezember 2016
- 1. Auflage Oktober 2016
- © 2016 by ars vivendi verlag

GmbH & Co. KG, Bauhof 1,

90556 Cadolzburg

Alle Rechte vorbehalten

www.arsvivendi.com

Konzept und Idee: Simone Goller

Lektorat: Simone Goller

Umschlaggestaltung: Jessica Schwenke, Blackrabbit Design

Umschlagfoto: © saquizeta/fotolia.com

Innengestaltung & Satz: ars vivendi verlag nach einer Vorlage

von Jessica Schwenke, Blackrabbit Design

Druck: GPS Group GmbH, Velden

Printed in the EU

ISBN 978-3-86913-716-2

### Inhalt

Vorwort	7
FAÜHLING	8
SOMMER	60
HERBST	112
WINTER	164
Die Blogger – Verzeichnis	216
Rezeptregister	220
Die Herausgeberin & Dank	224



### Hallo und herzlich willkommen!

Toll, dass du unser Buch entdeckt hast. Für uns ist es nämlich nicht einfach nur ein weiteres Kochbuch auf dem Markt, sondern du hältst hier etwas ganz Einzigartiges in Händen. Denn wir haben es geschafft, nicht nur einen, sondern 100 Foodblogger zwischen zwei Buchdeckel zu bekommen. Wie uns das gelungen ist? Das frage ich mich heute auch noch manchmal.:-)

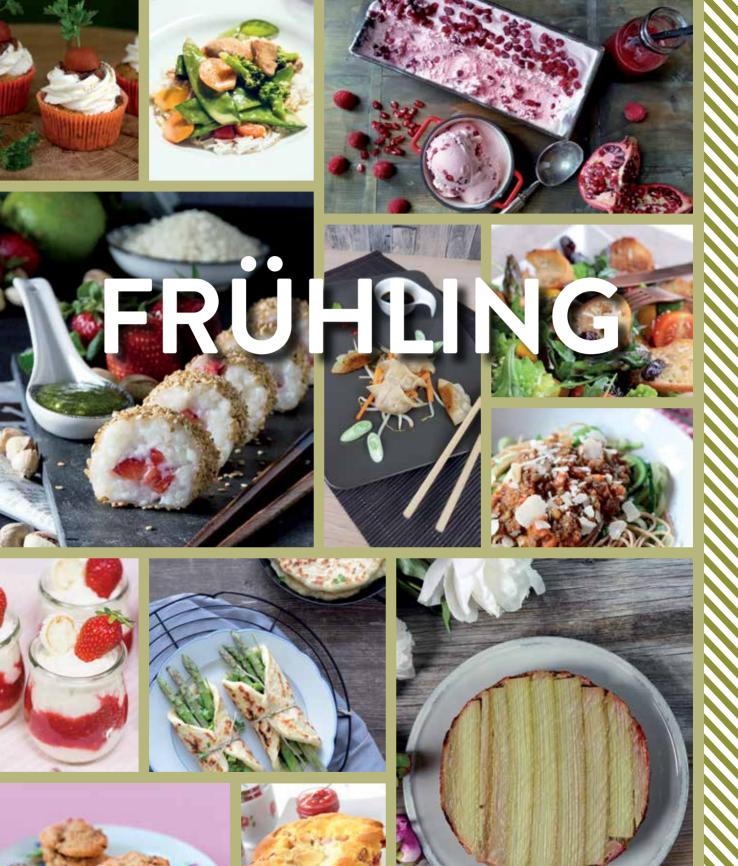
Auf der Suche nach Ideen für neue Buchprojekte sind Blogs tolle Inspirationsquellen. Dabei stolpert man unweigerlich über eine gigantische Vielfalt an Themen, Konzepten, Stilen und Rezepten. Und genau diese wollen wir hier zeigen.

Los ging es natürlich mit der Recherche. Im Team haben wir uns über mehrere Monate durch mehr als 1600 deutschsprachige Blogs, die sich mit dem Thema »Essen« beschäftigen, geklickt. Meine Projektkoordinatorin Stephi und ich haben uns daraufhin einige der vielversprechendsten herausgepickt und einen Aufruf zur Teilnahme an unserem Kochbuch gestartet. Ziel war es, die verschiedensten Rezepte quer durch alle vier Jahreszeiten zusammenzutragen. Die Rückmeldungen waren überwältigend – und genauso vielseitig, wie wir uns das erhofft hatten. Von Salat, Suppe, Vorspeise und Hauptgericht über Dessert, süßes Gebäck und Brot bis zu Marmelade, Sirup und Cocktail – am Ende hatten wir die Qual der Wahl, denn auch bei 100 Bloggern ist leider irgendwann eine Grenze erreicht, und so mussten wir mit großem Bedauern einige großartige Blogs außen vor lassen. Umso mehr freue ich mich, dass neben Blogs aus Deutschland, Österreich und der Schweiz auch einer aus Frankreich und sogar einer aus Kanada mit von der Partie sind!

Für mich war die Arbeit an dem Projekt eine ganz neue Erfahrung. Es ging mal nicht darum, alle Texte in einem einheitlichen, durchgängigen Stil zu präsentieren, wie es bei Kochbüchern von nur einer Autorin oder einem Autor der Fall ist. Sondern die Blogs in ihrem eigenen, individuellen Stil darzustellen, wie er auch im jeweiligen Internetauftritt zu finden ist. Ein spannendes Lektorat, denn es galt, sich in jedes Rezept neu hineinzudenken und sich bei Eingriffen der jeweils typischen Handschrift anzupassen. Die Rücksprache mit den Bloggern war völlig unkompliziert und stets ohne lange Wartezeiten. Aber klar, Blogger wären wohl keine Blogger, wenn sie nicht ständig präsent wären ...

Auf das Ergebnis bin ich sehr stolz. 100 Foodblogger haben wir gefragt #VierJahreszeiten präsentiert 100 Foodblogs aus dem deutschsprachigen Raum und die allerliebsten Lieblingsrezepte der Trendsetter der Szene. Ich hoffe, dass du, der du höchstwahrscheinlich ebenfalls im Bloggerfieber bist oder einfach nur Neuland erkunden möchtest, genauso viel Spaß hast wie wir – an diesem Buch, seinen Rezepten und dem Entdecken dir vielleicht bisher unbekannter Blogs!







### Lanwarmer Spargel-Brot-Salat mit getrockneten Kirschen

Vom Spargel das untere Drittel entfernen und die Spargelstangen in 3 cm lange Stücke schneiden. Den Romanesco in kleine Röschen zerteilen. Spargel und Romanesco in einem Topf in kochendem Salzwasser bissfest garen. In einem Sieb abtropfen lassen.

Die Cherrytomaten waschen und halbieren. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien, erst in Streifen und dann in 3 cm breite Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Den Rucola waschen und gut abtropfen lassen.

Aus Öl, Essig, Salz und Pfeffer ein Dressing anrühren, mit dem Rucola in einer Schüssel gut vermengen und ziehen lassen. Das Baguette in dünne Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit Öl rösten.

Spargel, Romanesco, Tomaten, Paprika und Zwiebel in eine heiße Pfanne mit Öl geben und nur so lange anbraten, dass alles noch schön bissfest ist. Das Gemüse zum marinierten Rucola geben und alles gut vermengen. Mit den gerösteten Brotscheiben auf einem Teller anrichten und mit dem geriebenen Parmesan und den getrockneten Kirschen bestreuen.

Für 4 Personen als Vorspeise oder 2 Personen als Hauptgang

1 Bund grüner Spargel

1 kleiner Romanesco

Salz

4 Cherrytomaten

1 rote Paprikaschote

1 gelbe Paprikaschote

1 rote Zwiebel

60 g Rucola

8 EL Olivenöl, plus etwas mehr

zum Braten

2 EL Weißweinessig

Pfeffer

1 kleines Baguette

50 g geriebener Parmesan zum

Servieren

100 g getrocknete Kirschen zum

Servieren

ÜBER MICH Ich bin Mareike, komme aus dem wunderschönen und etwas ausgeflippten Berlin und liebe es, kreatw zu sein. BLOG In der Biskuitwerkstatt dreht sich seit über drei Jahren alles ums Backen, Feiern, Dekorieren und natürlich ums Essen.





## Bärlanchzuppe mit kleinem Hähnchenspiels

Den Bärlauch waschen und trocken tupfen oder in der Salatschleuder kurz trocknen. Kartoffeln und Schalotten schälen und klein würfeln, dann in 3 EL Olivenöl etwa 3–4 Minuten lang leicht anbraten. Mit 1 I Wasser ablöschen und das Gemüsebrühpulver einrühren. Das Hähnchenbrustfilet ca. 20 Minuten darin kochen, anschließend entfernen. Es kann beispielsweise kleingezupft in einem Salat verwendet werden.

Den Bärlauch klein schneiden und im Mixer noch etwas weiter zerkleinern, dann in die Brühe geben und 1–2 Minuten auf kleinster Flamme köcheln lassen. Wer einen Elektroherd hat, dafür einfach die Restwärme nutzen. Der Bärlauch sollte nur erwärmt werden und nicht kochen, damit er seine Farbe behält. Die Sahne zugeben und mit etwas Salz und Piment d'Espelette abschmecken. Die Suppe kurz mit dem Stabmixer pürieren. Für die Hähnchenspieße das Brustfilet in dünne Streifen schneiden, auf Holzspieße stecken und mit Triguisar würzen. Kurz mit etwas Öl in der Pfanne braten und die Hähnchenspieße zur Bärlauchsuppe servieren.

### Für 4 Personen

200 g Bärlauch

500 g mehligkochende Kartoffeln

2 Schalotten

Olivenöl

1 TL Gemüsebrühpulver

400 g Hähnchenbrustfilet für die

Brühe

50 g Sahne

Fleur de sel

¼ TL Piment d'Espelette

200 g Hähnchenbrustfilet zum

Braten

1 TL Triguisar-Gewürzmischung, alternativ Curry- und

Paprikapulver

Holzspieße zum Servieren

ÜBER MICH Ich bin Regina, begeisterte Hobbyköchin und -bäckerin. Zumba, Backgammon, Lesen und Reisen gehören zu meinen Leidenschaften. BLOG Auf »Nochen aus Liebe« findest du viele leckere Noch- und Backrezepte von mediterran bis westfälisch. Außerdem Tipps, kleine Reisegeschichten und sehr viele Fotos.





# Naan mit Spargelfüllung

Für die Fladen den Zucker in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen, danach die Hefe einrühren und kurz quellen lassen. Währenddessen Mehl, Ei, Salz, Öl und Joghurt grob vermengen. Nach und nach die Hefemischung einkneten. Den Teig mindestens 7 Minuten lang kneten, danach in eine Schüssel geben und 40 Minuten ruhen lassen. (Der Teig ist relativ klebrig, also nicht mehr Mehl als angegeben dazugeben.)

Anschließend den Teig nochmals kurz durchkneten und 6 Fladen daraus formen. (Ich hab sie übrigens mit meinen Händen geformt, manche treiben den Teig auch mit einem Nudelholz aus.) Die Fladen in eine heiße Pfanne legen und ca. 3 Minuten backen, bis sich Bläschen bilden, dann können sie gewendet werden. Im noch heißen Zustand mit Öl oder Ghee bestreichen. Für die Füllung die Linsen relativ grob mit einer Gabel zerdrücken. Das Mus mit Quark und Frischkäse vermengen. Je 1 Msp. der Gewürze dazumischen und kurz ruhen lassen, damit das Currypulver einziehen kann.

Den Spargel waschen, putzen und trocken tupfen, in einer Pfanne mit Salz und Pfeffer rundum anbraten. Währenddessen die Frühlingszwiebel waschen, putzen und den grünen Teil klein schneiden. Den Rucola waschen und trocken schütteln. Nun den Linsen-Dip, Rucola, Spargel und Frühlingszwiebel auf das Naan geben, zusammenrollen und nach Belieben zusammenbinden.

Für 6 Fladen

Für das Naan-Brot:

½ TL Zucker

1 Pck. Trockenhefe

400 g Dinkelmehl (funktioniert aber auch mit Weizenmehl)

1Ei

1 TL Salz

3 TL (Oliven-)Öl

120 g Joghurt

Olivenöl oder Ghee zum

Bestreichen

Für die Füllung:

250 g gekochte Linsen

150 g Quark

50 g Frischkäse

Currypulver

Salz

Pfeffer

300 g grüner Spargel

1 Frühlingszwiebel (nur das Grün)

Rucola

ÜBER MICH Ich heiße Verena, bin 20 Jahre alt und wohne in Österreich. Neben meinem Bloggerdasein bin ich eigentlich Ichramtsstudentin.

BLOG Auf »aboutVerena« findet man einfache und leckere Rezepte, egal ob leichte Tost oder Deftiges. Ab und an gibt es aber auch DVY-Ideen und Reisetipps:





## Dumplings Asiatische Teigtaschen

Für den Wan-Tan-Teig Mehl und Salz mit 150 ml kochendem Wasser zu einem glatten Teig verkneten und in Frischhaltefolie einschlagen. Etwa 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Die Pilze in feine Würfel hacken. Die Lauchzwiebeln klein schneiden und mit Pilzen und Hackfleisch vermengen. Ingwer und Knoblauch schälen, reiben und ebenfalls zum Fleisch geben. Die Mischung mit Sojasauce, 1 EL Sesamöl, Chili, Salz und Pfeffer würzen und gut durchkneten.

Den Teig sehr dünn ausrollen. Wir benutzen hierfür die Nudelmaschine bei Stufe 7–8 (von 10 möglichen). Alternativ ein Nudelholz verwenden. Anschließend mit einem großen Servierring Kreise ausstechen und zur Seite legen. Jeweils 1 TL Füllung auf die Kreise setzen und kleine Teigtaschen falten.

Die Teigtaschen in einer beschichteten Pfanne (mit Deckel) in etwas Sesamöl anbraten. Sobald der Boden der Teigtaschen schön goldbraun ist, ca. 150–200 ml Wasser zugießen und bei niedriger Hitze mit geschlossenem Deckel köcheln lassen. Nach etwa 10 Minuten den Deckel abnehmen und so lange weiterköcheln lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verdampft ist. Die Dumplings auf einer leichten Gemüsepfanne aus Sprossen, Möhren und Lauchzwiebeln servieren und etwas Reis dazureichen. Zum Dippen eignen sich Sojasauce oder auch süßscharfe Asiasauce.

Für ca. 40 Teigtaschen Für den Wan-Tan-Teig: 270 g Mehl 1 TL Salz

### Für die Fleischfüllung:

100 g frische Pilze, z. B. Shiitakeoder Austernpilze

2 Lauchzwiebeln

350 g Hackfleisch (wahlweise Huhn oder Schwein)

1 daumengroßes Stück Ingwer

1 Knoblauchzehe

2 EL Sojasauce

2 EL Sesamöl

getrocknete Chiliflocken

Salz

Pfeffer

Nudelmaschine

ÜBER UNS Wir sind Natharina & Jörg aus dem Herzen von Hessen! Bei uns wird (fast) alles selbst gemacht und wir kochen mit Freude und Leidenschaft!

BLOG Schlemmerkatze – ein Blog für Feinschmecker, die gerne wissen, was sie essen! Hier gibt es keine Fertigprodukte – nur echte Handarbeit!





### Frischkäse-Gnocchi mit Bärlanch, grünem Spargel und Shrimps

Für die Frischkäse-Gnocchi die Eier in einer Schüssel verquirlen. Frischkäse, Bärlauch sowie etwas Salz zugeben und alles gründlich vermischen. Nach und nach so viel Mehl zu der Masse geben, bis ein geschmeidiger, aber fester Teig entsteht. Den Teig zu einer 2 cm dicken, leicht ovalen Rolle formen, in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 30 Minuten im Kühlschrank kalt stellen. In der Zwischenzeit den Spargel waschen, die Enden abschneiden und die Stangen in gleichmäßige Stücke schneiden. Dann den Bärlauch gemeinsam mit dem Spargel, etwas Olivenöl und den Shrimps in eine Pfanne geben und alles bei mittlerer Hitze auf dem Herd etwas andünsten lassen.

Für die Gnocchi nun reichlich Salzwasser langsam in einem großen Topf aufkochen. Währenddessen den Gnocchi-Teig aus dem Kühlschrank nehmen, auswickeln und mit einem Messer in gleichmäßige kleine Stücke schneiden. Diese mit einer Gabel etwas platt drücken. Sobald das Wasser kocht, die Gnocchi vorsichtig ins Wasser gleiten lassen. Nur so lange ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Dann sind die Gnocchi bereits gar. Den Spargel und die Shrimps in der Pfanne mit etwas Kochwasser ablöschen, den Frischkäse zugeben und verrühren. Alles mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz vor dem Servieren die fertigen Gnocchi mit in die Pfanne geben und durchschwenken.

Für 2 Personen

Für die Gnocchi:

2 Eier

150 g Frischkäse

1 Handvoll Bärlauch, fein gehackt

Salz

Mehl

### Für die Sauce:

5 Stangen grüner Spargel

1 Handvoll Bärlauch, fein gehackt

Olivenöl

100 g Shrimps

4 EL Frischkäse

Salz

Pfeffer

ÜBER MICH Ich bin Monica Albrecht, 34 Jahre alt und lebe gemeinsam mit meinem Mann in der Nähe von Stuttgart. BLOG Mein Blog existiert seit März 2013. Ich schreibe über gesunde Ernährung und natürliches Nochen & Backen.

DILA VS. KITCHEN



Ob Rhabarberkuchen upside down im Frühling,
Galette Caprese im SOMMER, Rote BetePesto mit gerösteten Erdnüssen im HERBST oder
Salzbrezel-Cupcakes mit Frischkäse-Schoko-Frosting
im WINTER – aus ihren genialen Rezeptkreationen
und den liebevollen Fotografien spricht ihre
Leidenschaft für gutes Essen und ausgefallene
Ästhetik: 100 ausgewählte deutschsprachige
Foodblogger haben wir gefragt, und sie stellen uns
mit Vergnügen ihre liebsten Rezepte, aber auch ihre
inspirierenden Blogs vor.

