

สารบัญ
INHALT

ซุ๊ปและสลัด
Suppen und Salate

อาหารจานหลัก
Hauptgerichte

ของหวานและขนมเค้ก
Süßspeisen und Kuchen

รายการอาหาร
Rezeptregister

บรรณาธิการและสำนักพิมพ์
Impressum

ซूपและสลัด

Suppen und Salate



ส่วนประกอบสำหรับทำสลัดผักรวมเนื้ออกไก่ย่าง

Zutaten für gemischten Salat mit gebratenen Hühnerbruststreifen



สลัดผักรวมเนื้ออกไก่ย่าง สตรอเบอรี่และเมล็ดทานตะวันคั่ว

วิธีปรุง

ล้างผักสลัดเขียว ผึ่งให้สะเด็ดน้ำ แล้วซีกเป็นชิ้นเล็ก ผ่านหัวหอมและพริกหวานให้เป็นแฉกบางๆ หั่น มะเขือเทศ แครอท และแตงกวาเป็นชิ้นบางๆ เอาส่วนผสมทั้งหมดใส่รวมในชามใหญ่ราดด้วยน้ำสลัดที่เตรียมไว้ หั่นเนื้อไก่เป็นชิ้นบางๆ ปรุงด้วยเกลือและพริกไทย ทอดด้วยน้ำมันในกระทะให้เหลืองกรอบ ตักสลัดที่ผสมแล้วลงจาน วางเนื้อไก่ทอดข้างบน โรยด้วยเมล็ดทานตะวันคั่ว แล้วตกแต่งสลัดด้วยสตรอเบอรี่สด

ตกแต่งด้วยสตรอเบอรี่และเมล็ดทานตะวันคั่ว

เครื่องปรุง

ผักสลัดใบเขียว 1 โถง
มะเขือเทศสุก 2 ผล
หัวหอมขนาดเล็ก 1 หัว
พริกหวานแดง 1 ผล
แครอท 1 หัว
แตงกวาขนาดกลาง 2 หัว

ส่วนผสมทำน้ำสลัด:
น้ำมันสาลู 1 ช้อนโต๊ะ
น้ำมัน 1 ช้อนโต๊ะ
เกลือ พริกไทย น้ำตาล
มิลต์ฮาร์ด 1 ช้อนชา
สมุนไพรสดละเอียด ตามใจชอบ
เครื่องปรุงน้ำชูโป 1 หยิบมือ

เนื้ออกไก่ 200 กรัม
เกลือ และ พริกไทย 1-2 หยิบมือ
น้ำมันสำหรับย่าง

Gemischter Salat mit gebratenen Hühnerbruststreifen Erdbeeren und gerösteten Sonnenblumenkernen

Zubereitung

Man wäscht den grünen Blattsalat, lässt ihn gut abtropfen und zupft ihn in kleine Stücke. Die Zwiebel und die Paprika schneidet man in schmale Streifen, die Tomaten, die Karotte und die Gurken werden in dünne Scheiben geschnitten.

Nun mischt man in einer großen Schüssel alle Zutaten zusammen und übergießt den gemischten Salat mit der vorbereiteten Marinade. Jetzt schneidet man die Hühnerbrust in Streifen, würzt mit Salz und Pfeffer und brät sie mit etwas Öl in einer Pfanne knusprig braun.

Den marinierten Salat richtet man auf einem Teller an, verteilt die gebratenen Hühnerbruststreifen darauf, streut die gerösteten Sonnenblumenkerne darüber und garniert das Ganze mit frischen Erdbeeren.

Zutaten

1 grüner Blattsalat
2 reife Tomaten
1 kleine Zwiebel
1 rote Paprika
1 Karotte
2 mittelgroße Gurken

Marinade (Salatsoße):

1 EL Essig
1 EL Öl
etwas Salz, Pfeffer und Zucker
1 TL Senf
gehackte Kräuter nach Geschmack
1 Prise Suppenwürze

200g Hühnerbrust
1-2 Prisen Salz und Pfeffer

etwas Öl zum Braten

Zum Garnieren: Erdbeeren und geröstete Sonnenblumenkerne



***Dunkle Soße mit Zwiebeln, Karotten oder Pilzen,
gewürzt mit
Curry, Senf, Chili oder Paprika***

Zubereitung

Man röstet in dem heißen Fett das Mehl hellbraun an, gibt die geschnittenen Zwiebel dazu und dünstet diese noch ein Weilchen mit.

Dann gießt man während man rührt die Brühe dazu, gibt Salz und Pfeffer hinein und lässt die Soße etwa 30 Minuten bei kleiner Hitze kochen.

Zutaten

40g Fett (Butter oder Öl)
60g Mehl
1 große fein geschnittene
Zwiebel
¼ Ltr. Brühe
1-2 Prisen Salz und Pfeffer

Man kann die Soße verfeinern mit klein geschnittenen Karotten, Pilzen, Currypulver, Senf, mit Chili oder Paprika

ซอสซันหัวหอม แครอทหรือเห็ด ปู้งด้วยผงกะหรี่ มัสตาร์ด พริกหรือพริกหวาน

ส่วนประกอบ

เนยหรือน้ำมัน 40 กรัม

แป้ง 60 กรัม

หอมหัวใหญ่หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ 1 หัว

น้ำซุปลือ ¼ ลิตร

เกลือและพริกไทย 1-2 หยดมือ

วิธีปรุง

ใส่น้ำมัน คั่วแป้งในกระทะให้เหลืองอ่อนๆ ใส่หัวหอมที่ลงไป แล้วอบสักครู่หนึ่ง แล้วคนไปเรื่อยๆ ใส่เกลือและพริกไทยลงไป และปล่อยให้ซุปลือเดือดบนไฟอ่อนๆประมาณ 30 นาที

ปรุงแต่งซอสให้ละเอียดขึ้น ด้วยแครอทที่ชิ้นเล็ก เห็ด ผงกะหรี่ มัสตาร์ด พริก หรือ พริกหวาน

ส่วนผสมของซุปรวมฝรั่ง

Zutaten für Kartoffelsuppe



ซูปมันฝรั่งขึ้นไสเบคอนรมควัน

วิธีปรุง

ปอกเปลือกมันฝรั่งดิบ หัวไชเท้า และแครอท หั่น
ทุกอย่างเป็นชิ้นเล็กๆ ล้างมันฝรั่งและหัวหอมให้สะอาด
แล้วผ่านเป็นแว่น หั่นหมูสามชั้นเป็นชิ้น ลุกคำ
ใส่น้ำมันในหม้อสูง ตั้งไฟให้ร้อน ทอด หมูสามชั้นให้เหลือง
ใส่ผักและมันฝรั่งลงไป คั่ว และคนให้ทั่วประมาณ 10 นาที
ตยอนท้ายใส่ เครื่องปรุงและน้ำลงไป
ปล่อยให้เดือดยวบไฟอ่อนๆ ประมาณ 45 นาที จนทุกอย่างสุก
และนุ่ม ใช้ตะแกรงตักส่วนหยาบออกจากน้ำ
หรืออบส่วนหยาบแล้วนำไปผสมกับน้ำซูปก็ได้

ส่วนประกอบ

มันฝรั่ง 750 กรัม
ไชเท้า 1 หัว
แครอท 2 หัว
ดีเกลือหอม 1 ชิ้น
หอมหัวใหญ่ 1 หัวใหญ่
เบคอนรมควัน 100 กรัม
น้ำมัน 1 ช้อนโต๊ะ
ยี่หว่าตึ่งฮ็อนซา
น้ำ 1 ½ ลิตร
เกลือ พริกไทย และผักชีฝรั่ง

เพิ่มรสชาติด้วยไส้กรอก เสิร์ฟพร้อม



Deftige Kartoffelsuppe mit geräuchertem Speck

Zubereitung

Zuerst schält man die rohen Kartoffeln, die Sellerieknolle und die Karotten und schneidet alles in kleine Stücke. Nachdem der Lauch sauber gewaschen ist, schneidet man ihn und die Zwiebel in Streifen und den durchwachsenen Speck in kleine Würfel.

Nun erhitzt man das Öl in einem hohen Topf, brät den geräucherten Speck von allen Seiten braun an, gibt das Gemüse und die Kartoffeln dazu und unter ständigem Rühren werden alle Zutaten ca. 10 Minuten lang angeröstet. Zum Schluss fügt man die Gewürze und Wasser hinzu und lässt die Suppe bei leichter Hitze 45 Minuten lang kochen.

Sind alle Zutaten weichgekocht, streicht man den einen Teil der Suppe durch ein Sieb oder püriert sie mit dem Stabmixer. Dieser pürierte Teil der Suppe wird zuletzt mit der restlichen Suppe gut verrührt.

Zutaten

750g Kartoffeln
 ½ Knolle Sellerie
 2 Karotten
 1 Stange Lauch
 1 große Zwiebel
 100g durchwachsenen und geräucherten Speck
 1 EL Öl
 ½ TL Kümmel
 1 ½ Ltr. Wasser
 etwas Salz, Pfeffer und gehackte Petersilie

Dazu schmecken Würstchen, heiß in der Suppe serviert

ส่วนประกอบทำซุปลิ้นฝรั่งพิททอง

Zutaten für Kürbis-Kartoffelsuppe



ซูปมันฝรั่งผักทองชั้นผสมเมล็ดผักทองคั่ว

วิธีปรุง

1. ปอกเปลือกผักทอง เขาเมล็ดขอก หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ล้างเมล็ดแล้วล้างไว้ ปอกเปลือกมันฝรั่ง แล้วหั่นเป็น ลูกเต๋า ล้างมันฝรั่ง แล้วหั่นครึ่งตามยาวแล้วรวม หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ
2. ใช้เนย 2 ช้อนโต๊ะผัดมันฝรั่งหั่น แล้วใส่ผักทอง มันฝรั่ง เครื่องปรุงลงลงไป ปิดฝาอบรวมกับลมไฟฟ้า ช้อนๆ ประมาณ 15 นาที
3. เเทน้ำซูปเบรียนๆลงไป ปล่่อยให้สุก และเคือค ประมาณ 25 นาทีโดยไม่ต้องปิดฝา เเทน้ำซูปมา บั่นด้วยเครื่องปั่น หรือ ใช้ตะแกรงขยำนกรอง
4. คั่วเมล็ดผักทองด้วยเนยให้กรอบโดยเกลือเล็กน้อย ตักซูปใส่จาน เเทน้ำด้วยครีม แล้วโรยด้วย เมล็ดผักทองคั่ว และผักชีฝรั่ง

ส่วนประกอบ

ผักทองไม่ปอกเปลือก 1 กก.
 มันฝรั่งหัวใหญ่ 2-3 หัว
 มันฝรั่ง 1 ต้นเล็ก
 เนย 3 ช้อนโต๊ะ
 น้ำซูป ¼ - 1 ลิตร
 ครีม 125 มิลลิลิตร
 ยี่ห่า ¼ ช้อนชา
 เกลือ พริกไทยขาว ผักชีฝรั่ง
 (ในปริมาณของ)

การตกแต่งอาหารบนจาน:
 เมล็ดผักทองอบแห้ง

Cremige Kürbis-Kartoffelsuppe mit gerösteten Kürbiskernen

Zubereitung

1. Zuerst schält und entkernt man den Kürbis und schneidet ihn in kleine Stücke (Kerne waschen und zur Seite legen). Die Kartoffeln werden geschält und gewürfelt, der Lauch geputzt, halbiert und der Länge nach in feine Streifen geschnitten.

2. Nun dünstet man den Lauch in zwei EL Butter, fügt den Kürbis, Kartoffeln und Gewürze dazu und dünstet alles kurz mit an. Zugedeckt soll alles bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten garen.

3. Jetzt gießt man die heiße Brühe dazu, kocht alles kurz auf und lässt die Suppe ca. 25 Minuten ohne Deckel leicht köcheln. Mit dem Mixstab wird die Suppe püriert oder man streicht sie durch ein grobmaschiges Sieb.

4. Die gewaschenen und getrockneten Kürbiskerne röstet man in der Butter knusprig an und salzt sie leicht.

Zutaten

1 kg ungeschälter Kürbis
2-3 große Kartoffeln
1 kleine Stange Lauch
3 EL Butter
 $\frac{3}{4}$ - 1 ltr. Brühe
125ml Sahne
 $\frac{1}{2}$ TL Kümmel
etwas Salz, weißer Pfeffer
und gehackte Petersilie

Zum Garnieren:
geröstete Kürbiskerne

Nun verteilt man die fertige Suppe auf Tellern, garniert mit Sahne und bestreut sie mit gerösteten Kürbiskernen und gehackter Petersilie.



แพนเค้กมันฝรั่งกรอบกับแอปเปิลสดเคี้ยว

ส่วนประกอบ

มันฝรั่ง 1 กก.
หอมหัวใหญ่ขนาดกลาง 1 หัว
ไข่ 3 ฟอง
เกลือ 1 หยิบมือ
เกลือ 1 หยิบมือ

วิธีปรุง

ปอกเปลือกมันฝรั่ง ใช้เครื่องขูดมันฝรั่งเป็นฝอย หั่นหัวหอมเป็นชิ้นเล็กๆแล้วผสมกับไข่เข้าด้วยกัน แล้วใส่มันฝรั่งที่ขูดไว้แล้ว ปรุงด้วยเกลือนิดหน่อย
ตั้งน้ำร้อนในกระทะเคลือบให้ร้อน ใช้ช้อนตักมันฝรั่งผสมแล้วใส่กระทะให้เป็นก้อน
ใช้หลังช้อนกดให้แบน แล้วทอดข้างล่างให้เหลือง พลิกอีกด้านหนึ่งแล้วทอดให้กรอบ

เคี้ยวด้วยแอปเปิลสดคนปรุงสุก

ส่วนประกอบสำหรับแพนเค้กมันฝรั่ง

Zutaten für Kartoffelpuffer



Knusprige Kartoffel-Puffer mit frischem Apfelkompott

Zubereitung

Zuerst werden die Kartoffeln geschält und man raspelt sie mit der Rohkostraspel klein. Dann schneidet man die Zwiebel in kleine Stücke und mischt sie zusammen mit den Eiern unter die geriebenen Kartoffeln. Mit wenig Salz würzen.

Nun erhitzt man etwas Öl in einer beschichteten Pfanne und setzt mit einem Esslöffel kleine Teighäufchen von der Kartoffelmasse in das heiße Fett.

Mit dem Löffelrücken drückt man diese flach, brät sie von der einen Seite her goldbraun an, dreht sie vorsichtig um und brät auch die zweite Seite knusprig braun.

Zutaten

1 kg Kartoffeln
1 mittelgroße Zwiebel
3 Eier
1 Prise Salz

etwas Fett (Öl) zum Braten

Dazu schmeckt frisch gekochtes Apfelkompott



แอปเปิลสดเคี้ยวเบรี่ยหวาน

ส่วนประกอบ

แอปเปิล 750 กรัม
น้ำเล้า ½ ลิตร
น้ำตาล ¼ ช้อนโต๊ะ
อบเชย ¼ ช้อน
น้ำวนาว

วิธีปรุง

ขณะต้มน้ำ น้ำตาล อบเชย โขลนึ่งทรงสูง ให้นำแอปเปิลอกแอปเปิล เสร็จเด็ดออก แล้วแบ่งเป็น 4 ส่วน
เอาแอปเปิลใส่ลงในน้ำหวานร้อน ปิดฝาแล้วต้มด้วยไฟอ่อนๆ ประมาณ 10-15 นาที ย่ำให้และ

ทิ้งไว้ให้เย็น หรือทานตอนอุ่นๆ

ส่วนประกอบสำหรับแอปเปิลสดเคี้ยว

Zutaten für Apfelkompott





Süß-herbes Apfelkompott

Zubereitung

Solange das Wasser, der Zucker und die Zimtstange zusammen in einem hohen Topf aufkocht schält man die Äpfel, schneidet das Kernhaus heraus und viertelt sie.

Nun gibt man die Äpfel ins heiße Zuckerwasser hinein und kocht sie zugedeckt bei schwacher Hitze 10-15 Minuten weich.

Sie dürfen aber nicht zerfallen!

Zutaten

750g Äpfel
½ Ltr. Wasser
3-4 EL Zucker
½ Zimtstange
etwas Zitronensaft

Abkühlen lassen oder das Kompott warm genießen

อาหารจานหลัก

Hauptgerichte



หมูชุบเกล็ดขนมปังทอด มันฝรั่งทอดและสลัดผักสีเขียว

ส่วนประกอบ

เนื้อหมู 4 ชิ้น (แผ่น)
เกลือ พริกไทย มัสตาร์ด
ไข่ 1-2 ฟอง
แป้ง
เกล็ดขนมปัง
น้ำมันสำหรับทอด

วิธีปรุง

ใช้ไม้สำหรับชุบหมู ชุบเนื้อหมูแผ่นที่เตรียมไว้ให้แบนๆ คลุกด้วยเกลือ พริกไทย
ใช้มัสตาร์ดทาหมูทั้งสองด้านให้ทั่ว
คลุกหมูทั้งสองด้านกับแป้ง คลุกไข่ที่ตีละเอียด แล้วคลุกกับเกล็ดขนมปัง นำไปทอดประมาณ 15
นาทีให้เหลืองให้ทั่วและผิวกรอบ

เสิร์ฟกับมันฝรั่งทอดและสลัดผักสีเขียว

ส่วนประกอบสำหรับหมูชุบเกล็ดขนมปัง
Zutaten für paniertes Schnitzel





Paniertes Schweineschnitzel mit Pommes Frites und grünem Salat

Zubereitung

Zuerst klopft man die Fleischscheiben (die Schnitzel) mit dem Fleischklopfen flach, würzt sie mit Salz und Pfeffer und bestreicht sie auf beiden Seiten dünn mit etwas Senf.

Nun wendet man die Schnitzel zuerst auf beiden Seiten in Mehl, dann in zerquirtem Ei und zum Schluss in den Semmelbröseln und brät sie in heißem Fett ca. 15 Minuten lag rundherum knusprig braun.

Zutaten

4 Scheiben Schweinefleisch
etwas Salz und Pfeffer und
Senf zum Würzen
1-2 Eier
etwas Mehl
Semmelbrösel (Brotbrösel)

Fett (Öl) zum Braten

Dazu serviert man Pommes Frites und einen grünen Blattsalat

สปาเก็ตตี้โบโลเนสปรุงรส

วิธีปรุง

1. ปอกหอม และกระเทียมแล้วหั่นเป็นแผ่นบางๆ หั่นแครอทปอกเปลือกเป็นลูกเต๋า ต้มน้ำมันในกระทะ ใช้ช้อน ทอดทั้งหมดด้วยไฟกลางๆ ประมาณ 10 นาที แล้วตักผักทั้งหมดขึ้นมาจากกระทะ ทิ้งไว้ ให้น้ำมัน
2. เขาน้ำมันที่เอามาใช้ทอดกระทะใช้ช้อน ใส่น้ำมันผัด ให้นำเครื่องด้วยไฟแรงประมาณ 15 นาที แล้วใส่ น้ำตาล ใส่น้ำมันมะเขือเทศลงไปคน ทอดต่อไปอีก 3 นาที เขาน้ำที่ผัดแล้วใส่ลงไป แล้วปรุงด้วยผงพริกหวานและพริกไทย
3. ซิมไม้ที่แห้ง เติมน้ำมันกระทะปิ้งทั้งหมดลงไป คนให้เข้ากัน แล้วเคี่ยวให้มันเดือด
4. เทน้ำซุปลงไป แล้วเคี่ยวทั้งหมดบนไฟอ่อนๆ ประมาณ 1-1/2 ชม. คนทั้งหมดเป็นครั้งคราว ให้อุ่นอย่าให้ติดกระทะ

ใส่น้ำมันมะเขือเทศลงไปเป็นครั้งคราว สุดท้ายใส่ชีสรมเม หรือเมลงไป ปรุงด้วยเกลือ พริกไทย และออริกาโน

ส่วนประกอบ

- หมูสัน 500 กรัม
- หอมหัวใหญ่ 2 หัว
- กระเทียม 5 กลีบ
- แครอท 2 หัว
- มะเขือเทศปอกเปลือก 1 กระป๋อง (850 กรัม)
- เนื้อน้ำมันมะเขือเทศขึ้น 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำซุป 300 มิลลิลิตร
- น้ำมันมะเขือเทศ 150 มิลลิลิตร
- พริกหวานเป็น 1/2 ช้อนชา
- น้ำตาล 1 หยิบมือ
- พริกไทย ออริกาโน สะระแหน่, เอม หรือ ซีโรน
- น้ำมันสำหรับทอด

ลาคสเปาเก็ตตีโรยด้วยเนยพาดชาน

สเปาเก็ตตี

วิธีปรุง

ต้มน้ำในหม้อให้เดือดพลุดๆ ใส่น้ำตาลลงไป
แล้วใส่ส้นสเปาเก็ตลงไป

ต้มให้เดือดนาน ประมาณ 10-12 นาที

ส่วนประกอบ

เส้นสเปาเก็ตตี 200 กรัม
น้ำ 2 ลิตร
เกลือ 2 ช้อนโต๊ะ
หัวไชโป๊ใหญ่ 1 ใบ



Würzige Spaghetti Bolognese (aus Italien)

Zubereitung

1. Man schält Zwiebeln und Knoblauch und schneidet sie in dünne Scheiben. Nun würfelt man die geschälten Karotten, erhitzt in der Pfanne etwas Öl und brät das Gemüse bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten lang an. Dann nimmt man es heraus und stellt es auf die Seite zum Abkühlen.

2. Nun erhitzt man das restliche Öl in der Pfanne, gibt das Hackfleisch dazu und brät es bei starker Hitze ungefähr 15 Minuten lang bis das Fleisch schön braun gebraten ist. Zum Schluss würzt man es mit einer Prise Zucker, rührt das Tomatenmark unter und lässt alles zusammen noch für weitere 3 Minuten braten. Dann gibt man das gebratene Gemüse dazu und würzt mit Paprika und Pfeffer.

3. Ist alles fein abgeschmeckt, fügt man die Dose mit den geschälten Tomaten (mit der Flüssigkeit) hinzu und lässt alles unter Rühren so lange schmoren, bis die Flüssigkeit verdampft ist.

Zutaten

500g Hackfleisch
 2 Zwiebel
 5 Knoblauchzehen
 2 Karotten
 1 Dose geschälte Tomaten (850g)
 2 EL Tomatenmark
 300ml Brühe
 150ml Tomatensaft
 ½ TL Paprikapulver
 1 Prise Zucker
 etwas Pfeffer, Oregano, Thymian
 Milch oder Sahne

Fett (Öl) zum Braten

4. Nun gießt man die Brühe dazu und lässt alles bei kleiner Hitze 1-1 ½ Stunden schmoren. Gelegentlich rührt man um damit es nicht anbrennen kann und gießt immer wieder Tomatensaft dazu.

Zum Schluss gibt man etwas Sahne oder Milch hinzu und schmeckt mit Salz, Pfeffer und Oregano ab.

Dazu isst man Spaghetti, bestreut mit geriebenem Parmesan-Käse

Spaghetti

Zubereitung

Man erhitzt das Wasser in einem großen Kochtopf bis es sprudelnd kocht und gibt zuerst das Salz und dann die Spaghetti hinein

Kochzeit ca. 10-12 Minuten

Zutaten

200g Spaghetti
2 ltr. Wasser
2 EL Salz

1 großer Topf

ส่วนประกอบสำหรับลูกชิ้นหมูสับ

Zutaten für Frikadellen (Fleischküchlein)



ลูกชิ้นหมูสับรสเข้มข้น และสลัดมันฝรั่ง

ส่วนประกอบ

หมูสับ 500 กรัม

ไข่ 2 ฟอง

ขนมปังขาวตัด 100 กรัม หรือ ขนมปังก้อนเล็ก 2 ก้อน

หอมหัวใหญ่ 1 หัว

หมูยอคอนครีตวัน 50 กรัม

เกล็ดขนมปัง 4-6 ช้อนโต๊ะ

เกลือ 1-2 หยิบมือ พริกไทย และผักชีฝรั่ง

น้ำมันสำหรับทอด

วิธีปรุง

ขยำขนมปังลูกชิ้นที่ทิ้งไว้ 1-2 วันจนแข็งแล้วเป็นชิ้นเล็กๆ ลงในน้ำเย็น จนชุ่มทั่วกัน ใช้มือตักขึ้นมาแล้ว

บีบน้ำให้ออกแล้วทำเป็นเส้นเล็กๆ

ที่แบบคอนครีตวันและหัวหอมเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ แล้วอบในน้ำมันให้จนเหลือง ผสมทุกอย่างเข้าด้วยกันกับ หมูยอ

ขนมปังที่ทำไว้ให้ชุ่มแล้ว ไข่ ผักชีฝรั่งสับ เครื่องปรุง และถ้าต้องการให้ชิ้นในสลัดขนมปังลงไปอีก

ผสมทุกอย่างให้เข้ากัน จนเป็นเนื้อเดียวกัน

Pikante Frikadellen (Fleischküchlein) mit Kartoffelsalat

Zubereitung

Man bricht das ein bis zwei Tage alte und hart gewordene Brot (Brötchen) in Stücke und legt alles so lange ins kalte Wasser, bis es gleichmäßig durchnässt ist.

Dann nimmt man es wieder heraus, drückt mit beiden Händen das Wasser aus und zerzupft es in sehr kleine Stücke.

Nun schneidet man den geräucherten Speck und die Zwiebel in feine Würfel, dünstet beides glasig im Fett und mischt alles zusammen mit dem Hackfleisch, dem eingeweichten Brot, den Eiern, der geschnittenen Petersilie, den Gewürzen und je nach Festigkeit des Teigs noch mit den Semmelbröseln (Brotbrösel).

Zum Schluss mischt man alles so lange durch, bis die Zutaten gleichmäßig vermengt sind.

Zutaten

500g Hackfleisch
 2 Eier
 100g Baguettebrot oder 2 kleine Brötchen
 1 Zwiebel
 50g geräucherten Speck
 4-6 EL Semmelbrösel (Brotbrösel)
 1-2 Prisen Salz, Pfeffer und Petersilie

Fett (Öl) zum Braten



สลัดมันฝรั่ง

วิธีปรุง

ต้มมันฝรั่งสุก อย่าให้และ ปอกเปลือกออก แล้วหั่น
เป็นแผ่นบางๆ โรยด้วยเกลือ ตามด้วย หอมหัวใหญ่ และ
พริกไทย 1 หยิบมือ
โรยส่วนผสมของน้ำส้มสายชู 2 ช้อนโต๊ะ มัสตาร์ด 1
ช้อนชา และน้ำซूप 1 ถ้วย และสุดท้ายใส่น้ำมัน 2-3
ช้อนโต๊ะลงไป ค่อยๆผสมส่วนผสมทั้งหมด
เข้าด้วยกัน อย่าใช้มันฝรั่งและ

ส่วนประกอบ

มันฝรั่ง 1 กก.
หัวหอมหัวใหญ่และแครอท 1 หัว
น้ำส้มสายชู 2 ช้อนโต๊ะ
น้ำซूप 1 ถ้วย
เกลือ 1 ช้อนชา
พริกไทย 1 หยิบมือ
น้ำมัน 2-3 ช้อนโต๊ะ
มัสตาร์ด 1 ช้อนชา

00

ใส่น้ำมันในขั้นตอนนี้สุดท้ายเสมอ เพื่อมันฝรั่งจะได้มันนุ่มทำให้ไม่แข็ง
และน้ำมันเข้าได้ทั่วถึงทุกส่วน

ส่วนประกอบสำหรับสลัดมันฝรั่ง
Zutaten für Kartoffelsalat



Kartoffelsalat

Zubereitung

Zuerst kocht man die Kartoffeln (sie dürfen nicht zerfallen), schält sie und schneidet sie in dünne Scheiben.

Nun streut man zuerst das Salz, dann die fein geschnittene Zwiebel und eine Prise Pfeffer darauf, schüttet eine Mischung aus 2 Esslöffeln Essig, 1 Teelöffel Senf und 1 Tasse heiße Brühe darüber und gibt zum Schluss 2-3 Esslöffel Öl dazu.

Zum Schluss mischt man alle Zutaten so vorsichtig untereinander, dass die Kartoffeln nicht allzu sehr zerfallen.

Zutaten

1 kg Kartoffeln
 1 fein geschnittene
 Zwiebel
 2 EL Essig
 1 Tasse heiße Brühe
 1 TL Salz
 1 Prise Pfeffer
 2-3 EL Öl
 1 TL Senf

Regel

Das Öl gibt man bei dem Kartoffelsalat stets zuletzt daran, damit die Kartoffeln vorher genug Feuchtigkeit ansaugen können und sich das Öl gleichmäßiger verteilt.



ส่วนประกอบทำเนื้อวัวมัน

Zutaten für Rouladen (Rinderrollen)



ก๋วยเตี๋ยว

วิธีปรุง

ต้มน้ำในหม้อให้เดือด ใส่เกลือ ตามด้วยก๋วยเตี๋ยวลงไป
ต้มจนประมาณ 10-12 นาที

ส่วนประกอบ

ก๋วยเตี๋ยว 200 กรัม
น้ำ 2 ลิตร
เกลือ 2 ช้อนโต๊ะ
หม้อใบใหญ่

เนื้อวัวรสเข้ม(เนื้อวัวมัน) กับก๋วยเตี๋ยว

วิธีปรุง

ปรุงเนื้อทั้งสองด้านด้วยเกลือ และพริกไทย
และพริกขี้หนูสดด้านหนึ่งบางๆ
ใช้เบคอนที่หั่นบางๆวางลงบนเนื้อด้านที่ทาเกลือ
หันหอม หนึ่งหัวให้เป็นชิ้นเล็กๆ แล้ววางลงบนเนื้อ

ส่วนประกอบ

เนื้อวัว 2 ชิ้น (แผ่น)
หอมหัวใหญ่ 2 หัวใหญ่
เบคอนรสเค็ม 50 กรัม
แตงกวาสุกเล็ก 1 ลูก
น้ำ หรือน้ำซุปล ¼ - ½ ลิตร
แฉิ่ง เกลือ พริกไทย และพริกขี้หนู
น้ำมันสำหรับทอด



วางแต่งกวาทันเครื่องทงยวลงด้ำนบนของเนื้อด้ำนม้วนเนื้อซ้้ำหำกั้น
จกด้ำนนี้

เนื้อม้วนเสร็จท้งแผ่นแล้วปิดด้ำนซ้้ำง
และใช้ด้ำยเส้นเล็ก ๆ ท้งรอบม้วนเนื้อ

สุดท้ายสอดลูกเนื้อกับแป้งและทอดในน้ำมันร้อนๆ ใด้ก
รอนท้่วๆ ท้นเครื่องทงยวซ้้ำกหนึ่ง
แล้วฝ่ำนเป็นแผ่นขงๆ



จุ่มลงในน้ำมันก๊ทซ้้ำกด้วยแป้งซ้้ำกนด้ี้ะ แล้วทอดโดยคนให้ลม่ำเสมอ
แล้วเทน้ำหรือน้ำซุปลงไป อบเนื้อม้วนในหม้อปิดฝ่ำประมาณ 1 ½
ชม. ใด้น้ำเป็นระยะๆ เพื่อไม่ให้เนื้อด้ิดกด้้อย
สุดท้ายซ้้ำกและปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย

จะให้อร่อยต้องเสิร์ฟด้วยก้วยเตี๋ยวด้ัดเนยและสลัดใบเขียว



Nudeln

Zubereitung

Man erhitzt Wasser in einem großen Topf bis es sprudelnd kocht, gibt zuerst das Salz und dann erst die Nudeln hinein,

Kochzeit ca. 10-12 Minuten

Zutaten

200g Nudeln

2 ltr. Wasser

2 EL Salz

1 großer Topf

Herzhafte Rouladen (Rinderrollen) mit Nudeln

Zubereitung

Zuerst würzt man die Fleischscheiben auf beiden Seiten mit Salz und Pfeffer, aber man bestreicht nur je eine Seite dünn mit Senf.

Dann belegt man die senfbestrichene Seite mit dem in dünne Scheiben geschnittenen Räucherspeck, schneidet eine der Zwiebeln klein und verteilt sie darauf.

Zutaten

2 Scheiben Rindfleisch

2 große Zwiebeln

50g Räucherspeck

1 kleine Gurke

¼ - ½ ltr. Wasser oder Brühe

Mehl, Salz, Pfeffer und Senf

etwas Fett (Öl) zum Braten



Jetzt legt man an die Spitze der Roulade (Fleischscheibe) eine Hälfte der längs halbierten Gurke und rollt das Fleisch von dieser Seite her auf

Ist das Fleisch ganz aufgerollt, schlägt man die Seitenteile ein und unwickelt die Roulade von allen Seiten her mit einem dünnen Faden.

Zum Schluss wendet man sie in Mehl und brät sie im heißen Fett rund herum knusprig braun.



Die andere Zwiebel halbiert man, schneidet sie in dünne Scheiben und gibt sie mit einem Esslöffel Mehl ins Fett dazu. Nun brät man beides unter Rühren kurz an und gießt das Wasser oder die Brühe dazu. Die Rouladen lässt man zugedeckt ca. 1 ½ Std. schmoren und gießt je nach Bedarf noch etwas Wasser dazu, damit nichts verbrennt. Zum Schluss schmeckt man die Soße mit Salz und Pfeffer ab.

Dazu schmecken in Butter angebratene Nudeln und grüner Blattsalat

หมูตุ๋นรสเผ็ดกับลูกแป้งต้ม

ส่วนประกอบ

เนื้อหมู 500 กรัม
 น้ำมัน 50 กรัม
 แป้ง 1-2 ช้อนโต๊ะ
 น้ำมันมะเขือเทศข้น 1 ช้อนโต๊ะ
 หมงหัวใหญ่ 2 หัวใหญ่
 เกลือ ผงพริกหวานและ พริกไทย
 น้ำส้มสายชู 1 ช้อนโต๊ะ
 น้ำหรือน้ำซุป ½ ลิตร

วิธีปรุง

หันเนื้อเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋าเท่าหัวแม่มือ และหั่นหัวหอมเป็นแผ่นบางๆ ผสมทุกอย่างเข้าด้วยกันกับแป้งทอดให้เหลืองกรอบ ใส่เครื่องปรุง น้ำส้มสายชู ใส่มะเขือเทศ และน้ำซุป แล้วปิดฝาเคี่ยวตุ๋นทิ้งจนเนื้อนุ่มให้สุกด้วยไฟอ่อนๆ

ใช้เวลารับประทานประมาณ 1 – 1 ½ ชั่วโมง

ส่วนประกอบทำหมูตุ๋น

Zutaten für Schweinegulasch



Feurig gewürztes Schweinegulasch mit Semmelknödeln

Zutaten

500g Schweinefleisch
50g Fett
1-2 EL Mehl
1 EL Tomatenmark
2 große Zwiebel
etwas Salz, Paprikapulver und Pfeffer
1 EL Essig
½ ltr. Wasser oder Brühe

Zubereitung

Man schneidet das Fleisch in daumendicke Würfel und die Zwiebeln in dünne Scheiben.

Nun mischt man alles zusammen mit dem Mehl, brät es in heißem Fett knusprig braun, gibt die Gewürze, den Essig, das Tomatenmark und die Brühe dazu und kocht das Ganze langsam und zugedeckt bei leichter Hitze gar.

Kochzeit ca. 1 – 1 ½ Stunden



ลูกแป้งต้ม

ส่วนประกอบ

ขนมแป้งท้าฟ้าวังวัน 10 ลูก หรือ ขนมแป้งขาวดีด 500 กรัม

นม ¼ ลิตร

ไข่ 4 ฟอง

หอมใหญ่ 1 หัวใหญ่

เกลือ ½ ช้อนชา

สมุนไพรแห้ง 1 ช้อนโต๊ะ

น้ำมัน 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีปรุง

หั่นหัวหอมเป็นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า แล้วอบในภาชนะแบน เหนือเตาไป ยกออกจากเตาแล้วทิ้งไว้ให้เย็น
 ที่ขนมแป้งท้าฟ้าวังวันเป็นชิ้นเล็ก ๆ เขาหัวหอมอบใส่เตลงไปกับขนมแป้ง
 ไข่ไข่ เกลือ และสมุนไพรลงไปในหม้อทุกอย่างให้เข้ากัน แล้วปั้นส่วนผสมเป็นลูกๆเท่ากำปั้น
 ต้มน้ำในหม้อให้เดือด ใส่เกลือลงไป แล้วค่อยใส่ลูกแป้งที่ปั้นไว้ลงต้ม

ใช้เวลาต้มประมาณ 20-25 นาที

ส่วนประกอบสำหรับลูกแป้งต้ม

Zutaten für Semmelknödel





Semmelknödel

Zubereitung

Zuerst schneidet man die Zwiebel in kleine Würfel und dünstet sie glasig im heißen Öl. Dann gibt man die Milch dazu und stellt alles auf die Seite zum Abkühlen.

Nun nimmt man die hart gewordenen Brötchen (oder Brot) vom Tag zuvor, schneidet alles in sehr kleine Stücke und gießt die inzwischen kalt gewordene Zwiebelmilch darüber.

Dann gibt man Eier, Salz und Kräuter dazu, vermischt alle Zutaten gut miteinander und formt den Teig zu faustgroßen runden Knödeln.

Nun erhitzt man das Wasser in einem großen Topf bis es sprudelnd kocht und gibt zuerst das Salz und dann erst die Knödel hinein.

Kochzeit ca. 20-25 Minuten

Zutaten

10 Brötchen vom Tag
zuvor
(oder 560g Baguettebrot)
¼ ltr. Milch
4 Eier
1 große Zwiebel
½ TL Salz
1 EL gehackte Kräuter
1 EL Öl

Süßspeisen und Kuchen

ของหวานและขนมเค้ก



ส่วนประกอบทำขนมแพนเค้ก ไคเซอร์ชมาร์น

Zutaten für Kaiserschmarrn



ขนมแพนเค้กโคเชอร์ซมาร์นใส่ลูกเกดคลูกเหล้ารัม

วิธีปรุง

ซึ่งส่วนผสมทุกอย่างให้ถูกต้อง แลลูกเกดในเหล้ารัม แยกไข่ขาวไข่แดงออกจากกัน



แะไข่ขาวในตู้เย็น

เอาไข่แดงใส่ชามกลมลงไปแล้วตีเข้าด้วยกัน

ส่วนประกอบ

แป้ง 120 กรัม

น้ำตาล 50 กรัม

เนย 100 กรัม

ไข่ชนกกลาง 4 ฟอง

นม 150 มิลลิลิตร

คิงกรม 1 ช้อนโต๊ะ

ลูกเกด 3 ช้อนโต๊ะ

เหล้ารัม 3 เซนติเมตร

เกลือ 1 หยิบมือ

น้ำตาลไอซิ่งสำหรับโรย

ใส่เบิ่ง น้ำตาล และศรีงมลงไป

คนเข้าด้วยกันด้วยเครื่องตีไซ่ ตีจนส่วนผสมเป็นเบิ่งนุ่ม

เอาไข่ขาวมาผสมเกลือหยาบมือ

เขียนชามแล้วคนเข้าด้วยกันด้วยเครื่องคน

แล้วผสมไข่ที่ตีขึ้นตีแล้วเข้ากับเบิ่งนุ่ม

เอาเบิ่งส่วนที่เหลือครึ่งหนึ่งลงกะทะเคลือบตั้งไฟให้ร้อน เทเบิ่งนุ่มลงไปแล้วตักอุกภาคในเหล้ารัมวางข้างบน

อบเบิ่งขนมโคเซอร์รามาฟันด้วยไฟปานกลาง จนด้านล่างของเบิ่งออกเหลือง
เอากะทะใส่เข้าในเตาอบที่เปิดร้อนไว้แล้ว 180 องศา แล้วอบเบิ่งไว้ประมาณ 10-15 นาที
(ถ้าทำกะทะเป็นวัสดุที่ทนความร้อนได้ให้ใช้แผ่นอลูมิเนียมสำหรับห่ออาหารพันด้านไว้)

ถ้าอบเบิ่งขนมเสร็จแล้ว ให้เครื่องตัดชิ้นแบ่งเบิ่งขนมเป็นชิ้นเล็กๆโดยด้วยเกล็ดคนยเล็กน้อย
แล้วโรยด้วยน้ำตาลไอซิ่งหนาๆ



Kaiserschmarrn mit beschwipsten Rosinen (aus Österreich)

Zubereitung

Man wiegt alle Zutaten sorgfältig ab, legt die Rosinen in Rum und trennt das Eiweiß vorsichtig vom Eigelb.

Bis zur Verwendung stellt man das Eiweiß im Kühlschrank kalt, das Eigelb gibt man in eine große Schüssel und verquirlt es zusammen mit der Milch.

Zutaten

120g Mehl
50g Zucker
100g Butter
4 mittelgroße Eier
125ml Milch
1 EL Sahne
3 EL Rosinen
3 cl Rum
1 Prise Salz

Puderzucker zum
Bestreuen



Dann gibt man Mehl, Zucker und Sahne dazu und verrührt alles mit dem Schneebesen zu einem glatten Teig.

Das kalt gestellte Eiweiß mischt man nun mit einer Prise Salz, schlägt es mit dem Rührgerät steif (dreht man die Schüssel auf den Kopf, darf nichts herausfallen) und mischt nun den steif geschlagenen Eischnee vorsichtig unter den restlichen Teig.

Die Hälfte der Butter erhitzt man in einer beschichteten Pfanne, gießt den Teig hinein und setzt die im Rum eingeweichten Rosinen darauf.

Den Kaiserschmarrn (Teig) bäckt man bei mittlerer Hitze bis die Unterseite goldbraun ist, schiebt die Pfanne in den auf 180 Grad vorgeheizten Backofen und bäckt den Teig in 10-15 Minuten fertig.

(Falls die Pfanne einen Griff aus Kunststoff hat, umwickelt man ihn zum Schutz vor der Hitze mit Alufolie).

Ist der Kaiserschmarrn fertig gebacken, zerteilt man ihn mit 2 Pfannenwendern in kleine Stücke, verteilt ein paar Butterflocken darauf und bestreut ihn zum Schluss kräftig mit Puderzucker.

ส่วนประกอบทำขนมเค้กลายหินอ่อน

Zutaten für Marmorkuchen



ขนมเค้กกล้วยหินอ่อน

วิธีปรุง

เขาน้ำตาลและไข่ใส่ในชาม ใช้เครื่องคนคนให้เข้าเป็น ฟอง
ผสมผงฟูเข้ากับแป้ง แล้วเทส่วนผสมลงใน ส่วนผสมไข่
สุดท้ายเทน้ำส้มและน้ำลงไปคน ทั้งของเข้าด้วยกัน
นานประมาณ 10 นาทีจน แป้งเหลวเป็นครีม
ใช้แป้งร่อนน้ำมันทาแบบกลม แล้วใส่แป้งนวดประมาณ ¾
ลงในแบบ

ใช้แป้งนวดที่เหลือผสมกับโกโก้ คนให้เข้ากัน จนเป็นสีคล้ำ
เอาแป้งนวดสีคล้ำนี้ใส่ในแบบกลม
เดิมกับแป้งนวดสีขาวโดยใช้ช่องผสมแป้ง ทั้งสองสีไปรอบๆ
แบบกลมให้เข้ากัน

ส่วนประกอบ

ไข่ 4 ฟอง
น้ำตาล 250 กรัม
แป้ง 250 กรัม
ผงฟู 15 กรัม
น้ำมัน 125 มิลลิลิตร
น้ำ 125 มิลลิลิตร
โกโก้ 15 กรัม

น้ำตาลไอซิ่งใช้โรย



ระหว่างนี้เปิดเครื่องอบให้ร้อนถึง 180 องศา แล้วจึงนำแบบขนมไว้ตรงกลางเตา ใช้เวลาอบ 45 นาที แล้วนำขนมออกจากเตาอย่างระมัดระวัง ทั้งไว้ได้เย็นแล้วแกะขนมออกจากพิมพ์ โรยน้ำตาลไอซิ่งซึ่งหนาๆ



Marmorkuchen

Zubereitung

Man gibt den Zucker und die Eier in eine große Schüssel und rührt beides mit dem Rührgerät gut schaumig. Das Backpulver mischt man unter das Mehl und fügt es zur Zucker-Eier Mischung hinzu.

Zum Schluss gießt man Öl und Wasser hinein und rührt alle Zutaten ungefähr 10 Minuten lang bis der Teig schön cremig ist.

Nun fettet man die Backform mit einem Pinsel innen mit Öl und füllt ca. $\frac{1}{4}$ der Teigmasse hinein.

Den Kakao mischt man unter den restlichen Teig und rührt ihn so lange, bis es eine dunkle Masse wird.

Diese füllt man nun ebenfalls in die Backform hinein und vermischt den hellen und den dunklen Teig mit einer kreisenden Bewegung vorsichtig mit der Gabel.

Zutaten

4 Eier
250g Zucker
250g Mehl
15g Backpulver
125ml Öl
125ml Wasser
15g Kakao

Pudierzucker zum
Bestreuen



In der Zwischenzeit heizt man den Backofen auf 180 Grad vor und stellt erst dann die gefüllte Backform auf die mittlere Schiene. Jetzt braucht der Kuchen ungefähr 45 Minuten bis er fertig gebacken ist.

Nun holt man ihn vorsichtig aus dem heißen Backofen heraus, lässt ihn kurz abkühlen, nimmt ihn aus der Form heraus und bestreut ihn kräftig mit Puderzucker.





ขนมเค้กแอปเปิลในเนื้อขนม

วิธีปรุง

แยกไข่แดงไข่ขาวออกจากกัน แล้วตีไข่ขาวในตู้เย็น
ใส่ไข่ขาว เหนยเหลว และน้ำตาลลงในชาม
คนให้ทั่วตีประมาณ 10 นาทีจนเกิดเป็นฟอง
เขามขู่ผสมกับแป้ง ใส่เกล็ดลงไปแล้วคนด้วยกัน
กับส่วนผสมไข่ ตีไข่ขาวเข้าเย็นด้วยเครื่องตี จนจับตัว
ตั้งรวมให้เย็นงอกไข่ให้หนัก
ผสมไข่ขาวที่ตีแล้วกับแป้งนวด
ใส่แป้งขนมลงในแบบที่ตีด้วยน้ำกับแล้ว
(เส้นผ่าศูนย์กลาง 26 ซม. แล้วผ่าคให้เรียบ

ปอกเปลือกแอปเปิล เหยมีตอก แบ่งเป็น 4
ส่วนใช้มีดกรีดส่วนหัวให้เป็นซี่ๆ

ส่วนประกอบ

เนยเหลว 200 กรัม
ไข่ 6 ฟอง
(แยกไข่ขาวและไข่แดงออกจากกัน)
น้ำตาล 250 กรัม
น้ำมะนาว 1 ลูก
แป้ง 300 กรัม
เกล็ด 2 หยิบมือ
ผงฟู 2 ½ ช้อนชา
แอปเปิลลูกใหญ่ 5-6 ลูก
น้ำตาลไอซิ่งใช้โรย

วางแยกเปลือกของผลไม้ลงหมด หยคน้ำมะนาวลงข้างขนม แล้วกดแยกเปลือกให้เข้าไปในแป้งจนหมด



ก่ขนมหน้าไม้ขึ้นเตาอบให้ได้ 200 องศาเซลเซียส ใช้แบบขนมไวท์กลางเตาอบ อบนานประมาณ 40 นาทีจนสีน้ำตาลบนขนมเหลือง
อบเสร็จแล้ว แคะขนมออกจากพิมพ์แล้วโรยด้วยน้ำตาลไอซิ่ง



ส่วนประกอบทำขนมเค้กไส้แอปเปิ้ล

Zutaten für einen versunkenen Apfelkuchen



Versunkener Apfelkuchen

Zubereitung

Zuerst trennt man das Eiweiß vom Eigelb und stellt es im Kühlschrank kalt. Dann gibt man das Eigelb, weiche Butter und den Zucker in eine Schüssel und rührt alles zusammen ungefähr 10 Minuten lang bis es schön schaumig ist.

Nun mischt man das Backpulver unter das Mehl, gibt Salz dazu und rührt alles vorsichtig unter die schaumige Zuckermasse.

Jetzt schlägt man mit dem Rührgerät das kalt gestellte Eiweiß steif (dreht man die Schüssel auf den Kopf, darf es nicht herausfallen), mischt den steifen Eischnee vorsichtig unter den Teig, füllt die Masse in eine gut gefettete runde Backform (Durchmesser 26 cm) und streicht sie glatt.

Nun schält man die Äpfel, entfernt das Kernhaus, viertelt sie und schneidet mit einem Messer die obere Seite sehr dünn ein.

Zutaten

200g weiche Butter
 6 Eier (Eiweiß + Eigelb
 getrennt)
 250g Zucker
 Saft einer Zitrone
 300g Mehl
 2 Prisen Salz
 2 ½ TL Backpulver
 5-6 große Äpfel

Puderzucker zum
 Bestreuen

Die eingeschnittenen Apfelspalten setzt man nun vorsichtig auf den Teig, beträufelt sie mit etwas Zitronensaft und drückt sie leicht in den Teig hinein.



In der Zwischenzeit heizt man den Backofen auf 200 Grad vor und stellt erst dann die gefüllte Backform auf die mittlere Schiene. Den Kuchen lässt man ca. 40 Minuten lang backen bis er oben leicht braun geworden ist.

Wenn der Kuchen fertig ist, holt man ihn aus dem Backofen heraus, lässt ihn kurze Zeit abkühlen, nimmt ihn aus der Form heraus und bestreut ihn mit Puderzucker.





ขนมมาโดนเน้นมะพร้าวสูตรคุณยาย

ส่วนประกอบ

ไข่ขาว 4 ฟอง (ไม่เอาไข่แดง)

น้ำตาล 250 กรัม

มะพร้าวขูด 250 กรัม

น้ำมะนาว 1 ผล

วิธีปรุง

ใช้เครื่องตีไข่ขาวให้จับตัวกัน (เสียงก๊วยตี ระวังอย่าให้หนัก)

ใส่น้ำตาลลงในไข่ขาวคนให้เป็นฟองจับกัน ใส่น้ำมะนาวและมะพร้าวขูดลงไปผสม

ใช้ช้อนกาแฟ 2 คันช่วยตักแป้งขนมมาโดนเน้นก้อนเล็กๆ วางลงบนแผ่นโลหะสำหรับอบที่ทาน้ำมันไว้แล้ว นำเข้าวางในกลางเตาอบที่อุ่นไว้ก่อนแล้ว ใช้ความชื้น 180 องศา (ถ้าเป็นเตาแก๊สตั้งระดับที่ 2) อบให้ประมาณ 15 องศา จนขนมออกสีเหลืองอ่อนๆ

ขอให้เจริญอาหาร

สวัสดีวันจันทร์

Zutaten für Kokosmakronen



Kokosmakronen nach Oma's Art

Zubereitung

Zuerst trennt man die Eier (Eigelb nicht verwenden!) und schlägt das Eiweiß mit dem Rührgerät steif (dreht man die Schüssel auf den Kopf darf es nicht herausfallen).

Zusammen mit dem steifen Eischnee rührt man den Zucker gut schaumig und mischt den Zitronensaft und die geraspelten Kokosflocken vorsichtig darunter.

Nun setzt man mit Hilfe von zwei Kaffeelöffeln kleinere Häufchen (Makronen) auf ein gut gefettetes Backblech und schiebt es auf der mittleren Schiene in den vorgeheizten Backofen.

Bei 180 Grad (Gasofen Stufe 2) bäckt man die Kokosmakronen (Häufchen) ungefähr 15 Minuten lang, bis sie eine blassgelbe Farbe haben.

Zutaten

4 Eiweiß (kein Eigelb!)
250g Zucker
250g geraspelte
Kokosflocken
Saft von 1 Zitrone

GUTEN APPETIT!



สารบัญสูตรอาหาร

Rezeptregister

- หน้า 7 สลัดผักรวมเนื้ออกไก่ย่าง สตรอเบอรี่และเมล็ดทานตะวันคั่ว
Seite 8 **Gemischter Salat** mit Hühnerbruststreifen, Erdbeeren und gerösteten Sonnenblumenkernen
- หน้า 10 ซอสซันฉวีหอม ผักทอดหรือเจด ปู๋งั่วหัวหอมกระหรี่ มีสตาโรด พริกหรือพริกหวาน
Seite 11 **Dunkle Soße** mit Zwiebeln, Karotten oder Pilzen, gewürzt mit Curry, Senf, Chili oder Paprika
- หน้า 13 ซุปมันฝรั่งขึ้นไต้เบคอนรมควัน
Seite 15 Deftige **Kartoffelsuppe** mit geräuchertem Speck
- หน้า 17 ซุปมันฝรั่งผักทองขึ้นผสมเนื้ผักทองคั่ว
Seite 18 Cremige **Kürbis-Kartoffelsuppe** mit gerösteten Kürbiskernen
- หน้า 20 แอปเปิ้ลคั้นฝรั่งกรอบกับแอปเปิ้ลสดเคี้ยว
Seite 22 Knusprige **Kartoffel-Puffer** mit frischem Apfelkompott
- หน้า 24 แอปเปิ้ลสดเคี้ยวเบี๊ยะหวาน
Seite 27 Süß-herbes **Apfelkompott**
- หน้า 29 หมูชุบเกล็ดขนมปังทอด มันฝรั่งทอดและสลัดผักสีเขียว
Seite 32 Paniertes **Schweineschnitzel** mit Pommes Frites und grünem Salat
- หน้า 34 สปาเก็ตตี้โบโลเนสปู๋งั่ว
Seite 37 Würzige **Spaghetti** Bolognese
- หน้า 40 ลูกชิ้นหมูสับรสซันฉวี และสลัดมันฝรั่ง
Seite 41 Pikante **Frikadellen** (Fleischküchlein) mit Kartoffelsalat

หน้า 43	สลัดมันฝรั่ง
Seite 45	Kartoffelsalat
หน้า 48	เนื้อวัวรสเค็ม(เนื้อวัวมัน) กับก๋วยเตี๋ยว
Seite 51	Herzhafte Rouladen (Rinderrollen) mit gebratenen Nudeln
หน้า 53	หมูตุ๋นรสเผ็ดกับลูกแป้งต้ม
Seite 55	Feurig gewürztes Schweinegulasch mit Semmelknödeln
หน้า 57	ลูกแป้งต้ม
Seite 60	Semmelknödel
หน้า 63	ขนมแพนเค้กโรสเชอร์ชวาร์ทน์ใส่ลูกบาศก์ลูกแพร์วุ้น
Seite 66	Kaiserschmarrn mit beschwipsten Rosinen
หน้า 69	ขนมเค้กถายหินอ่อน
Seite 71	Marmorkuchen
หน้า 74	ขนมเค้กแอปเปิ้ลในเนื้อขนม
Seite 77	Versunkener Apfelkuchen
หน้า 80	ขนมมาโดนเน้มะพร้าวสุดอร่อย
Seite 82	Kokosmakronen nach Oma's Art