
SO SCHMECKT HEIMAT
im Frühling
FRÄNKISCHE Rezepte

Hallo Frühling

Servus zusammen!



Wie schön, dass du unser Frühlings-Buch heruntergeladen hast. Hier kannst du dich auf jede Menge tolle Inhalte freuen - von einem Saisonkalender über Frühlingstipps bis hin zu passenden Rezepten für die Monate März, April und Mai.



Wir von fraenkische-rezepte.de sind immer auf der Suche nach regionalen und saisonalen Rezepten. Unser Team sammelt hilfreiche Tipps & Tricks und macht vor keinem Genuss-Trend Halt!

Alle Inhalte findest du natürlich wie immer auf unserem Blog -
doch nun soll es losgehen! Mach dich bereit für den Frühling. Wir wünschen viel Freude beim Lesen!

Dein Team von Fränkische Rezepte!

Laura, Felix & Vera







Bucket Liste

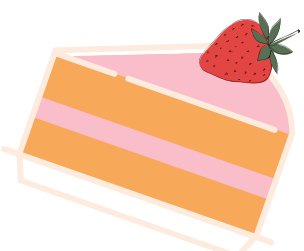
FÜR DEN FRÜHLING













Pläne im Frühling



KRÄUTER ANPFLANZEN/ANSÄHEN



BÄRLAUCH SAMMELN

IN DEN BIERGARTEN RADELN



EIER MIT NATÜRLICHEN FARBEN FÄRBEN



WILDBLUMEN PFLÜCKEN



SPARGEL-GERICHTE AUSPROBIEREN



DAS ERSTE EIS DER SAISON ESSEN



EINE MUTTERTAGSTORTE BACKEN



AUF EIN ERDBEERFELD GEHEN



März

DAS HAT SAISON

FREILANDWARE

BÄRLAUCH
CHAMPIGNONS
CHICOREE
FELDSALAT
LAUCH
PASTINAKEN
ROSENKOHL
SPINAT

LAGERWARE

ÄPFEL
CHINAKOHL
KAROTTEN
KARTOFFELN
NKOLLENSELLERIE
KÜRBIS
RETTICH
ROTE BEETE
ROTKOHL
SPITZKOHL
STECKRÜBEN
WEISSKOHL
WIRSING
ZWIEBELN



April

DAS HAT SAISON

FREILANDWARE

BÄRLAUCH
CHAMPIGNONS
ENDIVIENSALAT
FELDSALAT
LAUCH
RADIESCHEN
RHABARBER
SPARGEL
SPINAT

LAGERWARE

ÄPFEL
CHINAKOHL
KAROTTEN
KARTOFFELN
NKOLLENSELLERIE
KÜRBIS
PASTINAKEN
RETTICH
ROTE BEETE
SPITZKOHL
WEISSKOHL
WIRSING
ZWIEBELN



Mai

DAS HAT SAISON

FREILANDWARE

BÄRLAUCH
BLUMENKOHL
CHAMPIGNONS
ERDBEEREN
FRÜHLINGSZWIEBELN
KOHLRABI
MANGOLD
RADIESCHEN
RETTICH
RHABARBER
SALAT
(BATAVIA, EICHBLATT-, EIS-, ENDIVIEN-, KOPF-, PFLÜCK-, LOLLO ROSSA, RUCOLA)
SPARGEL
SPINAT
STAUDENSELLERIE

LAGERWARE

CHINAKOHL
KAROTTEN
KARTOFFELN
NKOLLENSELLERIE
ZWIEBELN



Inhalte



BÄRLAUCH



FROHE OSTERN



SPARGELZEIT



BIERGARTEN KLASSIKER



MUTTERTAG



ERDBEER-SAISON



01 | BÄRLAUCH



SAMMEL-TIPPS

ACHTUNG VOR GIFTIGEN DOPPELGÄNGERN

Bärlauch-Liebhaber aufgepasst: Mit dem Frühjahrsbeginn startet auch die Bärlauch-Saison. Ab Mitte März lockt der Knoblauchgeruch des Bärlauchs wieder zahlreiche Feinschmecker in Wälder und auf Wiesen.

Entscheidend bei der Suche nach Bärlauch ist, dass du am Ende auch wirklich Bärlauch pflückst. Um das zu garantieren, ist es hilfreich, wenn du dir die folgenden Tipps zu Herzen nimmst:

- Bärlauch wächst von Mitte März bis in den Juni hinein
- Sobald er Mitte Mai zu blühen beginnt, verliert er deutlich an Geschmack, weshalb du ihn lieber vorher ernten solltest
- Am liebsten wächst er in schattigen, leicht feuchten Wäldern oder Parkanlagen, wie etwa im Hain in Bamberg
- Um die Bestände zu schützen, solltest du nur die Menge Bärlauch sammeln, die du auch wirklich brauchst und höchstens ein bis zwei Blätter pro Pflanze abschneiden, nicht rupfen!
- Bestimme die Pflanzen vor Ort und bevor du sie in den Korb legst

BÄRLAUCH VON MAIGLÖCKCHEN UND HERBSTZEITLOSEN UNTERSCHEIDEN

Die Doppelgänger wachsen zur gleichen Jahreszeit, sind im Vergleich zu Bärlauch jedoch giftig! Daher gilt beim Sammeln besondere Vorsicht. Einige Merkmale weisen jedoch eindeutig auf Bärlauch hin:

- Jedes Blatt des Bärlauchs wächst an einem einzelnen Stängel aus dem Boden, meist in dicht beieinander liegenden Gruppen.
- Im Gegensatz zu Maiglöckchen ist die Unterseite der Bärlauchblätter matt und nicht glänzend.
- Der Bärlauch hat eine gut erkennbare Mittelrippe.
- Bärlauch hat einen starken Knoblauchgeruch. Dazu ein Blatt der Pflanze zwischen den Fingern zerreiben. Aber Achtung: Da der Knoblauchgeruch so intensiv ist, funktioniert das nur einmal.

Wichtig: Solltest du dir nicht eindeutig sicher sein, dass es sich tatsächlich um Bärlauch handelt, kaufe ihn lieber auf dem Markt oder im nächsten Supermarkt.



BÄRLAUCH RICHTIG LAGERN UND HALTBAR MACHEN

Bärlauch sollte im Idealfall zeitnah verarbeitet werden, da er sich im frischen Zustand nicht lange hält. In ein feuchtes Küchentuch gewickelt, hält sich der „wilde Knoblauch“ bis zu zwei Tage im Kühlschrank.

Eine weitere Möglichkeit Bärlauch haltbar zu machen vor allem bei größeren Mengen, ist ihn einzufrieren. Dazu die Blätter waschen, trocken schütteln und in ein geeignetes Gefäß geben.

REZEPTE

Vor der Zubereitung die Blätter gut waschen, mit einem Tuch abtupfen und die harten Stiele entfernen. Das meiste Aroma enthält der Bärlauch, wenn er nicht erhitzt, sondern roh verzehrt wird!



BÄRLAUCH PESTO

1 Bund **Bärlauch** so lange hacken (etwa 10 Minuten), bis er musig wird. 1 EL **Pinienkerne** hinzu geben und mit hacken. Zum Schluss 2 EL frisch geriebenen **Parmesan** mit dem Messer unterheben. Alles in eine Schüssel geben, das Pesto mit 3 EL **Olivenöl** verrühren und mit **Zitronensaft**, **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.

BÄRLAUCH BUTTER

120 g **Bärlauch** fein hacken. 250 g zimmerwarme **Butter oder Margarine** mit einem Mixer schaumig schlagen. Bärlauch und 30 ml **Zitronensaft** unter die Butter heben. Mit **Salz & Pfeffer** abschmecken. Die Butter bis zum Verzehr kalt stellen.





BÄRLAUCH KNÖDEL

200 g **Bärlauch** fein hacken. 1 **Zwiebel** und 2 **Knoblauchzehen** klein hacken und in 1 EL **Butter** anschwitzen. 80 g **Käse** (Parmesan oder Bergkäse) fein reiben. 200 g **Semmelwürfel** mit Bärlauch, Zwiebel, Knoblauch, 2 EL **Mehl**, 2 **Eiern** und zwei Drittel des Käses in eine Schüssel geben. 180 ml **lauwarme Milch** hinzugeben und alles mit **Salz**, **Pfeffer** und **Muskatnuss** würzen und gut verrühren. Den Teig etwa **10 Min**. ziehen lassen. Mit feuchten Händen **10 Knödel** aus dem Teig formen. Diese für etwa **12 Min.** in siedendem Salzwasser garen, herausnehmen und gut abtropfen lassen. 75 g **Butter** schmelzen und über die Knödel geben. Mit dem restlichen Käse bestreuen.



02 | FROHE OSTERN



OSTEREIER NATÜRLICH FÄRBEN

Wer hätte gedacht, dass Ostereierfärben so einfach ist und man dabei getrost auf Lebensmittelfarbe verzichten kann? Rot, orange, gelb, grün oder braun – wir haben eine Anleitung für jede Farbe! Die Grundlage bildet immer ein Farbsud, in dem du die Eier dann hart kochst.

3 KNOLLEN ROTE BEETE	schälen und 40 Minuten in einem abgedeckten Topf köcheln lassen.
300 G KAROTTEN	raspeln und in einem Liter Wasser für etwa 40 Minuten köcheln lassen.
10 G KURKUMAPULVER	in einem halben Liter Wasser zum Kochen bringen.
300 G FRISCHER SPINAT	mit Wasser bedecken und etwa 40 Minuten kochen.
40 G KAFFEEPULVER	in zwei Litern Wasser auflösen und 30 Minuten köcheln lassen.

5 TIPPS

- Verwende möglichst keinen Edelstahltopf, da dieser die Farben gegebenenfalls verändern kann. Ein alter Emailletopf* wie aus Omas Zeiten eignet sich ideal.
- Die Eier vor dem Färben sorgfältig säubern, sodass sich die Farbe gleichmäßig verteilen kann.
- Einen Esslöffel Essig mit in den Farbsud geben, damit die Farbe besser auf den Eiern hält.
- Je länger die Eier nach der Kochzeit im Sud liegen, desto intensiver wird die Farbe. Sie sollen jedoch mindestens 10 Minuten im Sud hart kochen.
- Die Eier nach dem Färben mit ein wenig Speiseöl einreiben, damit die Farbe glänzt.

DER PERFEKTE OSTERBRUNCH: TIPPS UND REZEPTE



Das Osterwochenende ist immer ein geeigneter Anlass, Freunde und Familie zu treffen und sich auszutauschen - und das bestenfalls bei einem leckeren Essen. Für alle, die sich unschlüssig sind, ob sie ein Frühstück, Mittagessen oder einen Kaffeenachmittag ausrichten sollen, haben wir die perfekte Idee: den Osterbrunch.

Der Begriff Brunch ist eine Kombination aus den englischen Wörtern "Breakfast" und "Lunch", also Frühstück und Mittagessen. Demnach stehen einem sämtliche Möglichkeiten offen, was auf dem Oster-Buffet landet. Von süß über herzhaft, Kuchen, Eiern, Kaffee oder Sekt: der Speisekarte sind keine Grenzen gesetzt. Ja, sogar Eierlikör ist erlaubt!

REZEPTE

Wusstest du das?

Eier sind in vielen Kulturen ein Symbol der Wiedergeburt und Fruchtbarkeit. Im Christentum erinnert das Küken, das aus dem Ei schlüpft, an die Auferstehung Jesu am Ostersonntag.



O'GRÜHRTER

½ Würfel **Hefe** in eine Schüssel bröseln und mit 100 g **Zucker** vermengen. Etwas lauwarme **Milch** hinzugeben und alles gut verrühren. 500 g gesiebtes **Mehl** (Type 550), 2 **Eier**, 200 g **Butter**, 1 Prise **Salz** und 2 TL **Zitronenzucker** hinzugeben und alles mit einer Küchenmaschine **10-15 Min**. gut verkneten. Währenddessen 300 ml **Milch** hinzugeben. Dann den Teig nochmal mit den Händen kneten und 100 g **Rosinen** hineinkneten. Der Teig muss jetzt etwa **15 Min**. gehen. Eine Gugelhupfform mit Butter einfetten und mit Mehl ausstäuben. Den Teig nochmal gut durchkneten und wieder **10 Min.** gehen lassen. Nun aus dem Teig eine Rolle formen und diese in die vorbereitete Gugelhupfform eindrücken. Nochmals für **30 Min.** gehen lassen. Die oberen Rosinen entfernen, da sie nur verbrennen würden. Den O'grührten bei **170 °** Umluft **35-40 Min.** backen.

OSTERBROT



250 ml **Milch** in einem Topf erwärmen, 80 g **Butter** in Stücken zugeben und schmelzen lassen. ½ Würfel **frische Hefe** zur Milch geben. Noch lauwarm mit 500 g Mehl, 80 g Zucker, 1 TL Zitronenabrieb und eine Prise Salz vermengen und **5 Minuten** mit dem Knethaken zu einem glatten Teig verkneten. 50 g **gehackte Mandeln** und 100 g **Rosinen** unterkneten. Den Teig **45 Minuten** zugedeckt ruhen lassen. Zu einem runden Fladen formen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Erneut **30 Minuten** ruhen lassen. Backofen auf **180°** vorheizen. Die Oberfläche des Teiges kreuz-artig einschneiden. 1 **Ei** mit 2 EL **Milch** verquirlen und das Brot bestreichen. Mit **Hagelzucker** bestreuen. Im unteren Drittel des Backofens für ca. **30 Min.** backen.

REZEPTE





EIERLIKÖR

1 **Vanilleschote** längs aufschneiden und das Mark heraus kratzen. 6 **Eigelb** mit 150 g **Zucker** und Vanillemark in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad mit einem Schneebesen schaumig schlagen. 300 g **Sahne** und 150 ml **weißen Rum** hinzugeben und unter Rühren ca. **4 Minuten** weiter erhitzen. Den Eierlikör in vorbereitete saubere Flaschen füllen und verschließen. Kühl gelagert hält der selbstgemachte Eierlikör etwa **8 Wochen**. Wer den Eierlikör zähflüssiger und cremiger mag, verwendet statt der Sahne 250 ml Kondensmilch. Viel Spaß beim Ausschlecken!

EINFACHER KAROTTENKUCHEN



200 g **Karotten** schälen und fein raspeln. 3 **Eier** trennen und das Eiweiß mit 1 Prise **Salz** steif schlagen. 110 g **Zucker** ins Eiweiß einrieseln lassen und so lange weiter steifschlagen, bis die Masse fest ist. Die Eigelbe unterrühren und anschließend den Abrieb einer halben **Zitronenschale**, die Karottenraspeln, 100 g **gemahlene Mandeln** sowie **Zimt** hinzugeben.

Den Backofen auf **165°** Umluft vorheizen.

45 g **Mehl** mit 1 TL **Backpulver** sieben und alles vorsichtig unterheben. Den Teig dann in eine mit Backpapier ausgelegte Form geben. Für ca. **50 Min.** backen (Stäbchenprobe nicht vergessen!) und auskühlen lassen.
Wer mag, kann noch eine Glasur nach Wahl anrühren.



03 | SPARGELZEIT

REZEPTE

Vor der Zubereitung den Spargel putzen
und die hölzernen Enden großzügig abschneiden.
Beim grünen Spargel die seitlichen Spitzen
vorsichtig abziehen. Der weiße Spargel
sollte geschält werden.



SPARGELCREMESUPPE

500 g **weißen Spargel** klein schneiden und ca. **15 Minuten** in 1 Liter **Wasser** kochen. Beim Abgießen unbedingt das Kochwasser auffangen. Mit 50 g **Butter** und 50 g **Mehl** eine Mehlschwitze herstellen. Dann mit dem Spargelwasser aufgießen und alles für **15 Minuten** kochen lassen. 200 g **Sahne** zugeben und mit **Salz, Pfeffer** und **Muskat** würzen. Spargelstücke in die Suppe rühren und falls gewünscht pürieren.

INGWER-ZITRONENHÄHNCHEN MIT STANGENSPARGEL & RÖSTI



500 g **grünen Spargel** in sprudelndem Wasser mit 15 g **Butterflocken**, je 1 Prise **Zucker** und **Salz** auf den Biss kochen.

1 EL **Zitronensaft** mit 1 TL **Ingwerpulver**, 1 TL **Salz**, 1 EL **Olivenöl** und 2 Zweigen gerebelten **Zitronenthymian** verrühren. 4 **Hähnchenbrüste** beidseitig damit einpinseln, ca. **30 Min.** einziehen lassen, danach in heißer Pfanne beidseitig anbraten, zur Seite stellen und mit Restwärme durchziehen lassen.

400 g **Kartoffeln** schälen, säubern, grob raffeln und mit 60 g **Schalottenwürfel**, gehackten **Kräutern** nach Wahl, **Salz** und **Pfeffer** gut vermengen. Die Rösti in einer Pfanne mit heißem Öl beidseitig kross ausbraten.

3 **Eigelbe** mit 3 cl **Spargelfond** schaumig schlagen. 140 ml **Olivenöl** nach und nach unterrühren und mit 1 EL **Zitronensaft**, **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Spargel, Hähnchenbrust und Rösti auf Tellern anrichten und mit der Sauce überziehen.

REZEPTE

Frisch schmeckt der Spargel natürlich am besten. In ein feuchtes Tuch gewickelt, hält er sich aber gut zwei bis drei Tage im Kühlschrank. Auch eine Möglichkeit: Einfrieren. Hierfür den Spargel waschen, schälen und roh einfrieren.



SPARGELSALAT

In einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. 1 EL **Butter**, 1 TL **Salz** und 1 TL **Zucker** mit in das Wasser geben. 1 kg **Spargel** für etwa **12 Minuten** darin kochen lassen. Mit einer Gabel testen, ob der Spargel weich ist. Den Spargel herausnehmen und in eine Auflaufform geben. Mit einem Schöpflöffel 4 Löffel **Spargelsud** in eine Schüssel füllen. 3 EL **Öl** und 3 EL **Essig** zugeben. Mit **Pfeffer**, **Salz** und **Schnittlauch** abschmecken. Die Salatsauce über den Spargel gießen. Den Salat nun etwa **2 Stunden** lang ziehen lassen.

SPARGEL-GRATIN



500 g **grünen Spargel** in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. ½ Bund **Petersilie** fein hacken und mit 125 ml **Milch** und 200 g **Schmand** in einem Kochtopf vermengen. 1 EL **geriebenen Käse** sowie die Spargelstücke unterrühren. Mit **Salz**, **Pfeffer** und **Muskat** abschmecken und alles zusammen kurz aufkochen und anschließend **3 Minuten** köcheln lassen. Eine Auflaufform mit **Butter** ausstreichen und die Spargelmasse einfüllen. Anschließend mit Käse bestreuen und für **10 Min.** bei **180°C** überbacken. Aus dem Ofen nehmen, mit etwas Petersilie dekorieren.



04 | BIERGARTEN KLASSIKER



DIE DRAUSSEN-SAISON HAT BEGONNEN

Die Temperaturen steigen und das Fahrrad ist wieder aus dem Keller geholt. Zeit für einen Ausflug zum Lieblings-Biergarten!
Für alle, die am Wochenende auch mal Zuhause bleiben und den eigenen Garten genießen möchten, haben wir die besten Biergarten-Rezepte zum Nachmachen gesammelt:





FRÄNKISCHES BAUERNBROT

300 g **Weizenmehl Type 405** und 280 g **Weizenmehl Type 1050** mit 2 TL **Salz** und 2 TL **Brotgewürz** in einer Schüssel mischen. ½ Würfel **Hefe** mit 380 ml lauwarmem **Wasser** vermengen und alles mit einem Knethaken zu einem glatten Teig kneten. Diesen zugedeckt etwa **eine Stunde** gehen lassen. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben, durchkneten und zu einem Laib formen. Ein Blech mit Backpapier auslegen, den Laib darauf setzen und nochmals etwa **1 Stunde** ruhen lassen. Den Backofen auf **220°** vorheizen. Das Brot mit Wasser bestreichen und für **15 Min.** backen. Danach die Temperatur auf **200°** stellen und das Brot weitere **40 Min.** fertig backen.

REZEPTE

Zu jedem Brotzeitklassiker gehört natürlich auch das passende Getränk. Franken ist bekannt für seine Vielfalt an heimischen Brauereien. So ist gewiss für jeden Geschmack das perfekte Seidla vorrätig!





GERUPFTER

400 g **Camembert** und 75 g "**Stinkerkäse**" (z.B. Limburger) in Stücke schneiden bzw. rupfen und in einer großen Schüssel mit 150g weicher **Butter**, 70 g geschlagener **Sahne** und 150 g **Frischkäse** vermengen. Mit **Salz**, **Pfeffer**, 1 TL **Kümmel** und 1 EL **Paprikapulver** würzen. 1 **Frühlingszwiebel** in Ringe schneiden und über der Masse verteilen. Zuletzt einen Schluck **Bier** zur Masse geben und alles gut vermengen.

BACKSTAKÄS MIT MUSIK

4 EL **Weißweinessig** mit 5 EL **Wasser**, einer Prise **Zucker**, ½ TL **Kümmel**, **Salz** und **Pfeffer** verrühren. 2 EL **Öl** und 2 kleine **Zwiebeln** in Ringe geschnitten unterrühren. 200 g **Limburger** in dünne Scheiben schneiden. Mit der Vinaigrette mischen und ein paar Minuten ziehen lassen. Den marinierten Käse mit gehackter **Petersilie** bestreuen.





WURSTSALAT

1 **Zwiebel**, 5 **Radieschen** und 5 **Gewürzgurken** in Scheiben schneiden. 450g **Wurst** (z.B. Lyoner/Jagdwurst) in längliche Streifen schneiden. Anschließend alles vermischen. 6 EL **Öl**, 4 EL **Essig**, 1 TL **Senf**, etwas Petersilie und 6 EL **Wasser** zu einem Dressing verrühren. Anschließend über den Wurstsalat geben und mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken. Vor dem Servieren eine **halbe Stunde** im Kühlschrank durchziehen lassen.



05 | MUTTERTAG





DARÜBER FREUT SICH MAMA BESTIMMT

Selbstgebastelte Karten mit schönen Sprüchen

- Ein Apfel und ein von Mama geschnittener Apfel sind zwei verschiedene Obstsorten
- Es gibt viele Arten, Mütter glücklich zu machen. Die beste ist wohl, Tupperdosen zurückzubringen.
- Suchmaschine mit 4 Buchstaben? MAMA.

DIY-Dekoration

- Selbst getöpfertes Geschirr
- Bunte selbstgemachte Kerzen
- Selbst gepflückte Blumen vom Feld

Süßigkeiten zum Verschenken

- Geschmolzene Schokolade auf einem Backblech verteilen, mit Mamas Lieblingszutaten belegen, kaltstellen und zu Bruchschokolade brechen
- Die Zutaten des Lieblingskuchens in einem Glas als geschichtete Backmischung verschenken
- Einfache Pralinen selbst herstellen und in einer personalisierten Schachtel anrichten

REZEPTE

Für die Mama nur das Beste!
Wir haben euch unsere liebsten Kuchen
& Torten zusammengestellt, sodass
der Kaffeeklatsch gewiss
unvergesslich wird!





MINERALWASSERKUCHEN

Den Backofen auf **180°** vorheizen und eine Gugelhupf-Backform einfetten und mit etwas Mehl bestäuben. 4 **Eier** und 1,5 Tassen **Zucker** zu einer schaumigen Masse schlagen. 4 Tassen **Mehl**, 1 Päckchen **Backpulver** und 1 Tasse geschmacksneutrales **Öl** hinzugeben und solange rühren, bis ein glatter Teig entsteht. Sobald der Teig schön glatt ist, kann 1 Tasse **Mineralwasser** untergerührt werden. Im Backofen für **40-50 Min**. backen.

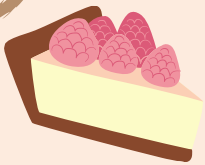
RHABARBER-TARTE



Zuerst 250 g **Mehl** und 75 g **Braunen Rohrohr-Zucker** in einer Schüssel zusammenrühren. Ein **Eigelb** und 120 g **kalte Butter** in kleinen Stücken dazugeben und mit den Händen schnell zu einem Teig kneten. Den Teig mindestens **30 Min.** kaltstellen.
Währenddessen 8 - 10 Stangen **Rhabarber** waschen und in kleine Rauten schneiden. 150 g **Erdbeeren** zusammen mit 50 g **Braunem Zucker** und dem Saft 1 **Zitrone** bei mittlerer Hitze köcheln lassen bis ein Püree entsteht. Anschließend das Erdbeer-Püree zusammen mit den Rhabarberstücken in einer Schüssel gut durchmischen und **10 Min** ziehen lassen.
Jetzt den Teig mit etwas Mehl ausrollen und in eine eingefettete Mürbteigform geben. Den Rand mit den Fingern gut festdrücken. Zum Schluss die Rhabarber-Erdbeer-Mischung in der Form gut verteilen.
Je nach Belieben nochmals mit etwas braunem Zucker bestäuben und für ca. **30 Min.** in den vorgeheizten Ofen bei **200° C** backen.

REZEPTE

Muttertag feiern wir in Deutschland
übrigens immer am zweiten Sonntag im Mai
2021 fällt dieser Tag auf den 9. Mai.





FRISS-DICH-DUMM-KUCHEN

Für den Teig 4 **Eier**, 200 g **Zucker** und 1 Päckchen **Vanillezucker** schaumig schlagen. 125 ml **Öl** und 125 ml **Fanta** unterrühren. 250 g **Mehl** und 3 TL **Backpulver** vermischen und dazugeben. Den Teig auf ein gefettetes Backblech streichen und bei **150°** Umluft **15-20 Min.** backen. Für die Creme 1 Liter **Sahne** mit 2 **Paradiescreme Vanille** zusammen steif schlagen und auf den erkalteten Boden streichen. 100 g **Walnüsse** mit 50 g **Butter** und 50 g **Zucker** rösten und erkaltet auf der Creme verteilen. Einen **Schokoguss** erwärmen und den Kuchen damit verzieren.

APFELROSEN MIT APRIKOSENMUS



Zuerst 80 g **Aprikosenkonfitüre** mit 2 EL **braunem Zucker**, 3 EL **Wasser** und **Zimt** verrühren.
3 rote **Äpfel** halbieren, entkernen und dann in sehr dünne Scheiben schneiden. Auf zwei Tellern für ca. **3 Minuten** bei **300 Watt** in der Mikrowälle erwärmen, damit sich die Scheiben später besser biegen lassen.
2 **Blätterteige** ausrollen und über die kurze Seite in 6 gleichgroße Streifen schneiden (ca. 7cm). Jeden Streifen vollständig mit dem Apfel-Zimt-Mus bestreichen.
5-7 Apfelscheiben auf den oberen Rand des Teiges legen, sodass sie einander überlappen und etwas überstehen. Die untere Teighälfte nach oben klappen und leicht andrücken. Dann den Streifen von der kurze Seite her aufrollen.
Ofen auf **200°** Ober-/ Unterhitze vorheizen. Die aufgerollten Apfelrosen in die Mulden des Muffinblechs legen und für **30-35 Min.** im Ofen backen.

Eine genaue Videoanleitung findet ihr hier!



06 | ERDBEER-SAISON

REZEPTE

Wir lieben Erdbeeren.

Ob als Kuchen, Marmelade, Dessert oder Getränk: Erdbeeren passen einfach immer! Besonders lecker schmecken uns die selbst-gesammelten vom regionalen Erdbeerfeld :)



ERDBEER-STREUSEL-KUCHEN

Den Backofen auf **180°** Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Blech einfetten oder mit Backpapier auslegen. Für die Streusel 125 g **Mehl**, 50 g **Zucker**, 30 g **Haferflocken** und 75 g **Butter** verkneten und anschießend im Kühlschrank kalt stellen. Für den Rührteig 250 g **weiche Butter** mit 150 g **Zucker** schaumig rühren und 3 **Eier** einzeln hinzugeben. In einer zweiten Schüssel 500 g **Mehl** und 1 TL **Backpulver** mischen. Die trockenen Zutaten und 200 ml **Buttermilch** abwechselnd unter den Teig rühren. Den Teig auf das Kuchenblech geben, glatt streichen und 500 g **Erdbeeren** in gewünschter Größe darauf verteilen. Anschließend die Streusel darüber streuen. Den Kuchen für ca. **45-50 Min.** im Ofen backen.

ERDBEERMARMELADE



1 kg **Erdbeeren** vom Grün befreien und mit einem Mixer pürieren. Danach die pürierten Erdbeeren in einen Topf geben, 500 g **Gelierzucker (2:1)** hinzugeben und mit **Vanille** und **Limettensaft** abschmecken. Alles zum Kochen bringen und **4 Minuten** lang unter Rühren kochen lassen. Die fertige Marmelade in ausgekochte Gläser abfüllen und zum abkühlen kopfüber stellen.
Die eingekochte Marmelade hält je nach Zuckerzugabe bis zu **1,5 Jahre**. Mache daher gerne ein paar Gläser mehr, so hast du das ganze Jahr etwas davon.

REZEPTE

Zum Sammeln eignet sich ein flacher Korb, da die Früchte darin weniger zusammen-gedrückt werden als in tiefen Gefäßen. Bevor du eine Erdbeere pflückst, betrachte sie von jeder Seite, um sicher zu sein, dass sie auch wirklich reif ist.



ERDBEER-TIRAMISU

500 g **Erdbeeren** waschen und die Hälfte davon mit etwas **Zucker** pürieren und kalt stellen. Die andere Hälfte in kleine Stückchen schneiden. 250 g **Magerquark**, 250 g **Mascarpone**, 1 Päckchen **Vanillezucker** und 2-3 EL **Zucker** in einer Schüssel verrühren. Nun die Erdbeerstückchen vorsichtig unter die Masse heben. 150 g **Löffelbiskuit** in ein Geschirrtuch oder einen Gefrierbeutel geben und vorsichtig zerbröseln. Anschließend in jedes Glas eine Schicht Löffelbiskuit geben (etwa 2 cm) und 1-2 TL **Orangensaft** darüber träufeln. Nun wird das Tiramisu mit der Mascarpone-Creme und den pürierten Erdbeeren geschichtet. Den Vorgang noch einmal wiederholen und als letztes eine Schicht Mascarpone-Creme und einen kleinen Rest der pürierten Erdbeeren hinzugeben. Für mind. **1 Stunde** kaltstellen.

ERDBEERKEKSE MIT HAFERFLOCKEN



100 g **Haferflocken** in einem Mixer mahlen, bis sie fein sind. Die Flocken mit 90 g **Mehl**, 1,5 TL **Backpulver**, 25 g **Kokosraspeln**, 0,5 TL **Zimt** und einer Prise **Salz** in einer Schüssel vermischen. In einer anderen Schüssel 2 EL flüssiges **Kokosöl**, 1 **Ei** und 1 Päckchen **Vanillezucker** miteinander vermischen. Dann 120 ml **Honig** oder **Agavendicksaft** hinzugeben und alles verrühren. Die beiden Mischungen nun in eine Schüssel geben und glatt rühren. 100 g **Erdbeeren** waschen, trocknen, klein schneiden und unter den Teig heben. Nun den Teig ca. **1 Stunde** kalt stellen. Den Backofen auf **180°** Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Mit einem Löffel kleine Teighäufchen auf das Backpapier setzen. Diese ca. **15 Min**. goldbraun backen. Anschließend auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Das war der Frühling!

Du bist nun am Ende unseres Frühlings-PDFs angelangt - doch keine Sorge, das Jahr hat noch viele weitere tolle Monate.

Wir können uns nur mit deiner Hilfe weiterentwickeln, also gib uns gerne Feedback, wie dir das PDF gefallen hat.

Du erreichst uns per Mail an info@fraenkische-rezepte.de oder auf folgenden Kanälen:

Facebook
Instagram
Pinterest
Youtube
Flipboard

Suche einfach nach "Fränkische Rezepte" und du wirst uns ganz bestimmt finden.

Du möchtest gleich loslegen und weitermachen?
Dann ab auf unser Portal

WWW.FRAENKISCHE-REZEPTE.DE

FRÄNKISCHE Rezepte


Vielen Dank
FÜRS LESEN!
FRÄNKISCHE Rezepte

Copyright

DIESES PDF WURDE VON FRÄNKISCHE-REZEPTE.DE ERSTELLT UND IST DEREN GEISTIGES EIGENTUM.

ES IST NICHT GESTATTET, DAS PDF AUF ANDEREN SEITEN ZUM VERKAUF ODER DOWNLOAD ANZUBIETEN.

FRÄNKISCHE Rezepte

INFO@FRAENKISCHE-REZEPTE.DE