



Doris Mular

Unabhängig recherchiert, nicht
vom Hersteller beeinflusst



Mixen — wie ein — Profi

Die besten Tipps und Tricks
für den Thermomix®

riva

Mit über
50
Rezepten

Doris Muliar

Mixen — wie ein — Profi

Tragen Sie sich jetzt unter
www.thermomix-fans.de für unseren
Newsletter ein und erhalten Sie zu
neuen Veröffentlichungen Leseproben
und kostenlose Rezepte!

Doris Muliar

Mixen — wie ein — Profi

Die besten Tipps und Tricks
für den Thermomix®

riva

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie.
Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

Für Fragen und Anregungen

info@rivaverlag.de

Wichtiger Hinweis

Sämtliche Inhalte dieses Buches wurden – auf Basis von Quellen, die die Autorin und der Verlag für vertrauenswürdig erachten – nach bestem Wissen und Gewissen recherchiert und sorgfältig geprüft. Alle Rezepte in diesem Buch wurden für den Thermomix® TM5 und TM6 entwickelt und mit diesem getestet. Bitte beachten Sie: Der Mixtopf des Thermomix® TM5 ist größer als der des TM31 (Kapazität von 2,2 Litern anstatt 2,0 Liter beim TM31). Daher dürfen aus Sicherheitsgründen die Rezepte aus diesem Buch nur dann mit dem TM31 nachgekocht werden, wenn die Mengen angepasst wurden. Achten Sie auf die Füllstandsmarkierungen und überschreiten Sie die maximale Füllmenge nicht. Der Verlag und die Autorin haften für keine nachteiligen Auswirkungen, die in einem direkten oder indirekten Zusammenhang mit den Informationen stehen, die in diesem Buch enthalten sind. Thermomix® ist ein eingetragenes Warenzeichen der Vorwerk & Co. KG. Diese Publikation ist kein offizielles Lizenzprodukt der Vorwerk & Co. KG.

Originalausgabe

1. Auflage 2020

© 2020 by riva Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH

Nymphenburger Straße 86

D-80636 München

Tel.: 089 651285-0

Fax: 089 652096

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Redaktion: Ulrike Reinen

Umschlaggestaltung: Sonja Vallant

Umschlagabbildungen: shutterstock: mexrix, chelovector, Ethan KK, LAN02

Satz und Layout: inpunk[w]o, Haiger (www.inpunktwo.de)

Druck: Florjancic Tisk d.o.o., Slowenien

Printed in the EU

ISBN Print 978-3-7423-1309-6

ISBN E-Book (PDF) 978-3-7453-1004-7

ISBN E-Book (EPUB, Mobil) 978-3-7453-1005-4

Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter _____

www.rivaverlag.de

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter www.m-vg.de



Inhalt

Vorwort	7
----------------------	----------

Basics	10
---------------------	-----------

Vorbereitung	10
Zutaten wiegen	11
Zerkleinern, Mahlen und Reiben	11
Pürieren	13
Rühren und Vermischen	13
Kochen und Dampfgaren	14
Anbraten	15
Teig kneten	16
Schlagen	18
Wasser kochen	20

Ganz einfach!	21
----------------------------	-----------

Püree	21
Teigwaren	23
Reis kochen	25
Couscous dämpfen	25
Nüsse rösten	27
Mayonnaise	29
Frikadellen	32
Wasserbad	32
Kräuter zerkleinern	33
Mehl mahlen	35
Pudding	35



Kalte Suppe	37
Eier kochen	39
Omelette	39
Pasten und Pesto	41
Hummus	44
Eis	45
Crushed Ice	47
Glühwein	47

Für Profis 49

Backen im Varoma	49
Streusel	51
Crumble	53
Hefeklöße aus dem Varoma	53
Terrine aus dem Varoma	56
Dim Sum	60
Zitronen- und Orangenzenen	62
Entsaften mit dem Varoma	63
Spargel aus dem Varoma	65
Karamellisieren	65
Sous-vide	66
Dämpfen und Rösten	68
Fermentieren	72
Risotto	74
Béchamelsauce	78
Maronen	80
Sorbet	83
Granita	83

Liebingsrezepte, Resteverwertung und mehr 86

Liebingsrezepte zubereiten	86
Grundregeln	87
Köstliches aus Resten	90
Reinigung	107
Platz sparen	110
Zubehör für den Thermomix®	114
Tipps für die Sicherheit	118

Register 123

Rezeptübersicht 125





Vorwort

Freuen Sie sich auf die vielen Tipps in diesem Buch! Im Handumdrehen werden Sie Ihren Thermomix® besser kennenlernen, sicherer im Umgang mit der Küchenmaschine werden, all seine Möglichkeiten erproben und aus dem Effeff anwenden können. Für Anfänger wie auch langjährige Nutzer gibt es ausführliche Tricks und Tipps, um das gesamte Spektrum des Thermomix® auch für eigene Ideen einzusetzen. Zudem finden Sie viele Beispiel-Rezepte. Die Anregungen beziehen sich auf den TM5 und die neuen Funktionen des TM6, sind aber meist auch für die älteren Modelle gültig.



 Das Kapitel *Basics* ist hauptsächlich für diejenigen gedacht, die den Thermomix® neu erworben haben und sich zunächst mit den grundsätzlichen Funktionen vertraut machen wollen. Erfahren Sie, worauf Sie beim Zerkleinern, Rühren und Pürieren achten müssen. Lernen Sie, wofür der Varoma gut ist, wie die neue Anbrat-Funktion im TM6 gehandhabt wird und warum auch Wasserkochen mit dem Thermomix® noch einfacher wird.

 Wenn Sie Ihren Thermomix® nur selten nutzen oder ihn gar weggeräumt haben, weil Sie ihn nicht so recht in Ihren Kochalltag integrieren konnten, lassen Sie sich überraschen, was sich außer Eintopf, Suppe und Puderzucker noch alles damit zubereiten lässt. Lesen Sie dazu das Kapitel *Ganz einfach!:* Pürees, Teigwaren, Reis, Couscous – all das wird fast ohne Ihr Zutun gekocht und Sie können sich derweil anderen Bestandteilen Ihres Menüs widmen. Auch Mayonnaise und Pudding gelingen garantiert: Mit dem Thermomix® gerinnt oder klumpt nichts mehr.

 Wenn Sie Ihren Thermomix® regelmäßig nutzen, um Ihre Familie zu versorgen, sind Sie bestens vertraut mit allem, was Sie im Alltag anwenden. Für Sie haben wir besondere Highlights gesammelt: Seltener genutzte Funktionen und Zubereitungen, an die Sie von jetzt an vielleicht öfter denken werden, weil es in diesem Buch praktische Anleitungen dazu gibt.

Wir zeigen Ihnen, was mit dem Thermomix® um vieles leichter und schneller geht, wie zum Beispiel eine leichte Erwärmung beim Schlagen von Eischnee oder kontrolliertes Erhitzen bei der Zubereitung einer Sauce Hollandaise. Dass Sie mit dem Varoma auch Backen können, dass der Thermomix® Entsaften und neuerdings auch Karamellisieren kann – alles das finden Sie mit vielen Beispielen im Kapitel *Für Profis*.

Sie möchten auch Ihre eigenen Rezepte mit dem Thermomix® kochen? Kein Problem! Wir haben Tipps, wie das am besten geht, gleich auch noch ein Beispiel dafür gekocht und ein herkömmliches Rezept dem entsprechenden Thermomix®-Rezept gegenübergestellt.



Sein tolles Talent zeigt der Thermomix® auch, wenn es darum geht, aus Resten etwas richtig Gutes zu zaubern. Im Kapitel *Köstliches aus Resten* erfahren Sie, was Sie mit Möhrengrün, alten Keksen, übrig gebliebenen Spaghetti oder hart gekochten Eiern alles anfangen können.

Nach all dem Zerkleinern, Rühren und Kochen haben wir natürlich auch das Reinigen nicht vergessen. Ab Seite 107 erfahren Sie, wie sie Ihren Thermomix® in altem Glanz erstrahlen lassen.

Zur Erweiterung Ihres Repertoires haben wir auch im Internet recherchiert und geeignetes Zubehör gefunden. Manches ist sicher Spielerei, anderes recht nützlich. Wir erklären, was Sie zum Beispiel mit einem Garkamin oder einem Slider anfangen können. Ob Sie es wirklich brauchen, entscheiden Sie selbst.

Nicht zuletzt gibt es noch Hinweise für den sicheren Umgang mit dem Thermomix®. Egal ob Anfänger oder Profi: Es schadet nicht, sich ab und zu wieder damit vertraut zu machen, um Unvorsichtigkeiten zu vermeiden, die zu Verbrennungen oder Verletzungen führen könnten.

Freuen Sie sich auf die vielen neuen Anregungen in diesem Buch, seien Sie mutig und offen für Experimente mit Ihrem Thermomix® und bleiben oder werden Sie Profi!





Basics

Sicher haben Sie schon erste oder mehr Erfahrungen mit Ihrem neuen Thermomix® gemacht. Für Anfänger haben wir die grundlegenden Funktionen übersichtlich geordnet. Mit ein bisschen Übung werden Sie für diese Basics gar nicht mehr ins Buch schauen müssen. Die einzelnen Schritte werden Ihnen in Fleisch und Blut übergehen, wie das Rühren im Kochtopf.

Vorbereitung

Egal, ob Sie mit Ihrem Thermomix® kochen oder sich für Töpfe und Pfannen entscheiden: Wichtig für gutes Gelingen ist immer eine durchdachte Vorbereitung. Denn wenn Sie nach den ersten Arbeitsschritten die Zutaten für die weiteren Schritte erst zusammensuchen, auspacken, schälen und säubern müssen, kommt schnell Hektik auf und Sie vergessen womöglich etwas.

Arbeiten Sie hingegen im *Guided-Cooking*- oder *Cookidoo*-Modus, haben Sie die einzelnen Schritte schon auf dem Display gut im Blick. Anders, wenn Sie ein Kochbuch verwenden – das sollte aufgeschlagen an einer sauberen Stelle in der Nähe liegen. Dafür gibt es Halterungen oder kleine Pulte, damit Sie die Arbeitsvorgänge jederzeit nachlesen können.



Zutaten wiegen

Der TM5 wiegt in 5-Gramm-Schritten, der TM6 kann das sogar in 1-Gramm-Schritten. Das ist nur leider nicht immer sehr präzise. Besonders, wenn der Thermomix® keinen festen und austarierten Platz in Ihrer Küche hat und das Gerät immer wieder woanders in Betrieb genommen wird. Die empfindliche Waage ist nämlich in den Standfüßen eingebaut und reagiert auf kleinste Unebenheiten. Das spielt keine Rolle, wenn Sie 250 g, ½ kg oder mehr abwiegen wollen. Wenn Sie aber – wie beispielsweise bei einer Diät – genau 5 oder 10 g oder ml zufügen wollen, ist es besser, eine Küchenwaage zur Hilfe zu nehmen.

Beim Abwiegen direkt in den Mixtopf, und vor allem beim Dazuwiegen (Tara-Funktion) dorthinein, ist es eher schwierig ein Zuviel wieder zu entnehmen. Bequemer wäre es dann, den Mixtopfdeckel aufzulegen, eine Schüssel daraufzusetzen und die Zutaten damit einzeln zu wiegen. Zum Dazuwiegen einfach die Tara-Taste drücken – das setzt die Waage wieder auf Null.

Wenn Sie Rezepte im *Guided-Cooking*-Modus zubereiten, schaltet sich die Waage automatisch bei den entsprechenden Arbeitsschritten ein.

Zerkleinern, Mahlen und Reiben

Mehlmahlen und Käsereiben sind Begriffe, die auch Thermomix®-Kochbücher übernommen haben, obwohl natürlich weder Mahlwerk noch Reibe vorhanden sind.

Je nachdem, was Sie wie zerkleinern möchten, stehen Ihnen die Stufen 4–10, jeweils mit Halbstufen, zur Verfügung.

Generell gesagt wird bei den Stufen 8–10 etwa 10–30 Sekunden lang gemahlen und gerieben. Gemüse und Obst können Sie auf Stufe 4 (weiche Zutaten wie Auberginen oder Äpfel) oder Stufe 5 (härtere Gemüsesorten,

