

**Dr. Oetker**

# 1000

**Ofengerichte – Gratins**

**aus 1000 Ofengerichte**



## Abkürzungen

- EL = Esslöffel
- TL = Teelöffel
- Msp. = Messerspitze
- Pck. = Packung/Päckchen
- g = Gramm
- kg = Kilogramm
- ml = Milliliter
- l = Liter
- evtl. = eventuell
- geh. = gehäuft
- gem. = gemahlen
- ger. = gerieben
- gestr. = gestrichen
- TK = Tiefkühlprodukt
- °C = Grad Celsius
- Ø = Durchmesser

## Kalorien-/Nährwertangaben

- E = Eiweiß
- F = Fett
- Kh = Kohlenhydrate
- kj = Kilojoule
- kcal = Kilokalorien

Bei den Nährwertangaben in den Rezepten handelt es sich um auf- bzw. abgerundete ganze Werte. Aufgrund von ständigen Rohstoffschwankungen und/oder Rezepturveränderungen bei Lebensmitteln, kann es zu Abweichungen kommen. Die Nährwertangaben dienen daher lediglich Ihrer Orientierung und eignen sich nur bedingt für die Berechnung eines Diätplans, zum Beispiel bei Krankheiten wie Diabetes.

Bei krankheitsbedingten Diäten richten Sie sich daher bitte nach den Anweisungen Ihres Diätassistenten bzw. Ihres Arztes.

## **Allgemeine Hinweise**

Lesen Sie bitte vor der Zubereitung – besser noch vor dem Einkauf – das Rezept einmal vollständig durch. Oft werden Arbeitsabläufe oder -zusammenhänge dann klarer.

## **Zutatenliste**

Die Zutaten sind in der Reihenfolge ihrer Verarbeitung aufgeführt.

## **Arbeitsschritte**

Die Arbeitsschritte sind einzeln hervorgehoben, in der Reihenfolge, in der sie von uns ausprobiert wurden.

## **Zubereitungszeit**

Die Zubereitungszeit dient Ihrer Orientierung. Sie ist ein Richtwert und abhängig von Ihrer Koch- und Backerfahrung. Die Zubereitungszeit beinhaltet die Zeit der tatsächlichen Zubereitung. Längere Wartezeiten, wie Kühl- oder Abkühlzeiten, Auftau- und Durchziehzeiten sind, sofern

parallel keine weitere Tätigkeit erfolgt, nicht in der Zubereitungszeit enthalten. Die Garzeit ist gesondert ausgewiesen.

## **Backofeneinstellung und Backzeiten**

Die in den Rezepten angegebenen Backtemperaturen und Backzeiten sind Richtwerte, die je nach individueller Hitzeleistung Ihres Backofens über- oder unterschritten werden können. Gegen Ende der angegebenen Backzeit sollten die Gebäcke genau beobachtet werden. Machen Sie nach Beendigung der angegebenen Backzeit eine Garprobe. Die Temperaturangaben in diesem Buch beziehen sich auf Elektrobacköfen. Die Temperatureinstellmöglichkeiten für Gasbacköfen variieren je nach Hersteller sehr stark, sodass wir keine allgemeingültigen Angaben machen können. Bitte beachten Sie deshalb bei der Einstellung des Backofens die Gebrauchsanleitung des Herstellers. Ein Backofenthermometer eignet sich dabei gut, um die Backofentemperatur im Blick zu haben.

## **Einschubhöhe bei Backrezepten**

Hohe und halbhohle Formen werden im Allgemeinen auf dem Rost im unteren Drittel des Backofens eingeschoben, flache Formen auf dem Rost in die mittlere Einschubleiste.

Blechkuchen, Klein- und Eiweißgebäck gelingen am besten in der Mitte des Backofens. Abweichungen sind möglich und von der Ausführung Ihres Backofens abhängig (Herstellerangaben beachten).

## **Nur frische Eier verwenden**

Bei der Zubereitung von Speisen, Torten oder Tortenfüllungen mit frischen Eiern, die später nicht gegart bzw. gebacken werden, nur Eier verwenden, die nicht älter als 5 Tage sind (Legedatum beachten!). Ei bzw. Eier in eine Rühr- oder Edelstahlschüssel geben und im heißen Wasserbad mit einem Mixer (Rührstäbe) bei mittlerer Hitze aufschlagen, bis eine Temperatur von etwa 70 °C entstanden ist. Die Speisen und Torten im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 24 Stunden verzehren.

# Gratinierter Maibockrücken

4-6 Portionen

**Zubereitungszeit:** 60 Minuten

**Garzeit:** etwa 40 Minuten

**800 g Maibockrückenfilet**

**Salz, gem. Pfeffer**

**2 EL Olivenöl**

**Für die Kräuterhaube:**

**75 g Butter (zimmerwarm)**

**4-5 EL gemischte, klein geschnittene Kräuter, z. B.**

**Thymian, Rosmarin, Petersilie, Schnittlauch**

**3 EL Semmelbrösel**

**Für den Spargel:**

**1-1 ¼ kg weißer Spargel**

**1 Prise Zucker**

**1 TL Butter**

**400 ml Wildfond**

**20 g Butter**

**1 TL Speisestärke**

**1 ¼ TL gem. Koriander**

**1 EL klein geschnittene Petersilie oder Kerbel**

**Pro Portion:** E: 38 g, F: 25 g, Kh: 9 g, Kj: 1731, kcal: 413

**1.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 120 °C

**Heißluft:** etwa 100 °C

- 2.** Das Filet mit Küchenpapier trocken tupfen, evtl. enthäuten, mit Salz und Pfeffer würzen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Filet darin von allen Seiten in 1-2 Minuten anbraten. Anschließend das Filet aus der Pfanne nehmen und in eine Auflaufform (gefettet) legen. Pfanne beiseitestellen.
- 3.** Für die Kräuterhaube die Butter mit den Kräutern und Semmelbröseln verrühren. Die Buttermasse mit Salz und Pfeffer würzen und auf das Maibockfilet streichen.
- 4.** Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Das Filet etwa 40 Minuten garen.
- 5.** Für den Spargel in der Zwischenzeit den Spargel von oben nach unten schälen. Darauf achten, dass die Schalen vollständig entfernt, die Köpfe aber nicht verletzt werden. Die unteren Enden abschneiden (holzige Stellen vollkommen entfernen).
- 6.** Den Spargel abspülen, abtropfen lassen und in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Salzwasser mit Zucker und Butter in einem Topf zum Kochen bringen. Spargelstücke hinzugeben, wieder zum Kochen bringen und zugedeckt etwa 8 Minuten garen.
- 7.** Den Wildfond zum Bratensatz in die beiseitegestellte Pfanne geben und unter Rühren zum Kochen bringen. Die Sauce in etwa 10 Minuten um etwa die Hälfte einkochen.
- 8.** Die Spargelstücke in einem Sieb abtropfen lassen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Spargelstücke darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen und warm stellen.

**9.** Die Speisestärke mit etwas Wasser anrühren und unter die Sauce rühren. Die Sauce unter Rühren aufkochen lassen, mit Salz, Pfeffer und Koriander abschmecken.

**10.** Das Filet in Scheiben schneiden, mit der Sauce und den gebratenen Spargelstücken auf Tellern anrichten. Spargelstücke mit Petersilie oder Kerbel bestreuen und servieren.





# Minzekartoffeln, überbacken

4 Portionen

**Zubereitungszeit:** 20 Minuten, ohne Abkühlzeit

**Gar- und Überbackzeit:** etwa 70 Minuten

**8 dicke Kartoffeln**

**120 g magerer, durchwachsener Speck**

**100 g Zwiebelwürfel**

**80 g Butter**

**Salz, gem. Pfeffer**

**2 Stängel klein geschnittene Minze**

**1-2 EL Semmelbrösel**

**40 g Butter**

**Pro Portion:** E: 8 g, F: 44 g, Kh: 34 g, kj: 2425, kcal: 579

**1.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C

**Heißluft:** etwa 160 °C

**2.** Kartoffeln unter fließendem kalten Wasser gut abbürsten, trocken tupfen und auf ein Backblech (gefettet) legen. Das Backblech in den vorgeheizten Backofen schieben.

Kartoffeln etwa 60 Minuten garen.

**3.** Das Backblech auf einen Rost stellen. Die gegarten Kartoffeln erkalten lassen, dann einen Deckel abschneiden. Die Kartoffeln mit einem Löffel aushöhlen, dabei einen Rand stehen lassen.

**4.** Speck in Würfel schneiden. Die Kartoffelmasse mit Zwiebel-, Speckwürfeln, Butter, Salz, Pfeffer und Minze zu

einer glatten Masse verrühren und in die ausgehöhlten Kartoffeln füllen.

**5.** Semmelbrösel daraufstreuen und Butter in Flöckchen daraufsetzen. Das Backblech wieder in den heißen Backofen schieben. Die Kartoffeln bei gleicher Backofentemperatur etwa 10 Minuten überbacken.



# Auberginen-Hackfleisch-Gratin

8 Portionen

**Zubereitungszeit:** 40 Minuten

**Backzeit:** 25–30 Minuten

**1 kg Auberginen**

**12 EL Speiseöl**

**2 TL gerebelter Oregano**

**Paprikapulver edelsüß**

**Salz, gem. Pfeffer**

**4 Zwiebeln**

**6 EL Speiseöl**

**500 g Rindergehacktes**

**4 Knoblauchzehen**

**4 EL klein geschnittene Petersilie**

**6 Fleischtomaten**

**250 g abgetropfter Mozzarella**

**einige Basilikumblättchen**

**Pro Portion:** E: 21 g, F: 38 g, Kh: 7 g, kJ: 1888, kcal: 450

**1.** Auberginen abspülen, abtrocknen und die Stängelansätze abschneiden. Auberginen längs in etwa ½ cm dicke Scheiben schneiden. Speiseöl in einer Pfanne erhitzen. Die Auberginenscheiben darin von beiden Seiten anbraten. Mit Oregano, Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Auberginenscheiben nebeneinander (in 2–3 Lagen) in eine große, flache Gratinform (gefettet) legen.

**2.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C

**Heißluft:** etwa 180 °C

**3.** Zwiebeln abziehen und in kleine Würfel schneiden. Speiseöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Gehacktes hinzugeben und unter Rühren anbraten. Dabei die Fleischklümpchen mit einer Gabel zerdrücken. Mit Oregano, Paprika, Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch abziehen und zerdrücken. Knoblauch und Petersilie unter die Hackfleischmasse rühren.

**4.** Tomaten kreuzweise einschneiden und mit kochendem Wasser übergießen. Nach 1-2 Minuten herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Tomaten häuten, halbieren, entkernen und die Stängelansätze herausschneiden. Tomatenhälften in kleine Würfel schneiden und mit der Hackfleischmasse vermengen.

**5.** Die Hackfleischmasse auf den Auberginenscheiben in der Form verteilen. Mozzarella in Scheiben schneiden und darauflegen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Das Gratin 25-30 Minuten backen.

**6.** Basilikumblättchen abspülen und trocken tupfen. Auberginen-Hackfleisch-Gratin mit Basilikumblättchen garnieren und sofort servieren.



# Gemüse-Kartoffel-Fächer

4 Portionen

**Zubereitungszeit:** 40 Minuten

**Backzeit:** etwa 30 Minuten

**1 Bund gemischte italienische Kräuter, z. B.**

**Thymian, Basilikum, Majoran, Rosmarin**

**3 Frühlingszwiebeln**

**600 g mittelgroße festkochende Kartoffeln**

**400 g Zucchini**

**6 mittelgroße Tomaten**

**10 große braune Champignons**

**Salz, gem. Pfeffer**

**Knoblauchpulver**

**6 EL Olivenöl**

**einige Basilikumblättchen**

**Pro Portion:** E: 6 g, F: 18 g, Kh: 29 g, kj: 1322, kcal: 316

**1.** Die Kräuter abspülen und trocken tupfen. Die Blättchen bzw. Nadeln von den Stängeln zupfen. Blättchen und Nadeln grob zerkleinern. Frühlingszwiebeln putzen, abspülen, abtropfen lassen, in Stücke schneiden.

**2.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C

**Heißluft:** etwa 160 °C

**3.** Kartoffeln schälen, abspülen, abtropfen lassen. Zucchini abspülen, abtrocknen und die Enden abschneiden. Tomaten abspülen, abtropfen lassen und die Stängelansätze



herausschneiden. Champignons putzen, evtl. kurz abspülen und gut abtropfen lassen. Kartoffeln, Zucchini, Tomaten und Champignons in etwa  $\frac{1}{2}$  cm dicke Scheiben schneiden.

**4.** Den Boden einer großen, flachen Auflaufform (gefettet) mit einem Teil der klein geschnittenen Kräuter und den Frühlingszwiebelstücken bestreuen, darauf fächerartig die Kartoffel- und Gemüsescheiben schichten.

**5.** Die restlichen klein geschnittenen Kräuter und Frühlingszwiebelstücke darauf verteilen. Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen, mit dem Olivenöl beträufeln. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Gemüse-Kartoffel-Fächer etwa 30 Minuten backen.

**6.** Gemüse-Kartoffel-Fächer anrichten und mit abgespülten, trocken getupften Basilikumblättchen garniert servieren.



# Gratinierte Feigen mit Ziegenfrischkäsefüllung

12 Stück

**Zubereitungszeit:** 35 Minuten

**Überbackzeit:** etwa 8 Minuten

**50 g Pistazienkerne**

**500 ml roter Traubensaft**

**8 TL flüssiger Akazienhonig**

**5 Stängel Thymian**

**250 g Ziegenfrischkäse**

**gem. Pfeffer**

**6 große frische Feigen**

**Pro Stück:** E: 2 g, F: 8 g, Kh: 16 g, kJ: 596, kcal: 143

- 1.** Pistazienkerne in einer Pfanne ohne Fett unter Rühren goldbraun rösten, herausnehmen, auf einem Teller erkalten lassen, klein hacken.
- 2.** Traubensaft mit 5 Teelöffeln des Honigs in einem Topf verrühren und bei mittlerer Hitze sirupartig einkochen (etwa 15 Minuten).
- 3.** Den Backofen vorheizen.  
**Ober-/Unterhitze:** etwa 240 °C  
**Heißluft:** etwa 220 °C
- 4.** Thymian abspülen und trocken tupfen. Von 3 Stängeln die Blättchen abzupfen. Restliche Thymianstängel beiseitelegen.

**5.** Frischkäse mit einer Gabel zerdrücken. Restlichen Honig, Thymianblättchen und etwa die Hälfte der Pistazienkerne untermengen, mit Pfeffer würzen.

**6.** Die Feigen vorsichtig abspülen, trocken tupfen und halbieren. Mit einem Teelöffel kleine Vertiefungen in das Fruchtfleisch drücken. Die Frischkäsemasse in Häufchen hineinsetzen. Die Feigen in eine flache, große Auflaufform (gefettet) setzen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Feigen etwa 8 Minuten überbacken, bis der Käse leicht gebräunt ist.

**7.** Beiseitegelegte Thymianstängel etwas kleiner zupfen. Die heißen Feigen mit Traubensirup auf Tellern anrichten, mit Thymianspitzen und restlichen Pistazienkernen garnieren.



# Getrüffeltes Kartoffelgratin

4 Portionen (ohne Foto)

**Zubereitungszeit:** 20 Minuten

**Garzeit:** etwa 45 Minuten

**1,2 kg Kartoffeln, z. B. Secura, Granola, Quarta**

**15 g Trüffel**

**100 ml Gemüsebrühe**

**250 g Crème fraîche**

**2 Schalotten**

**1 Knoblauchzehe**

**Salz, gem. Pfeffer**

**75 g ger. Butterkäse**

**Pro Portion:** E: 13 g, F: 24 g, Kh: 51 g, kj: 1991, kcal: 475

**1.** Kartoffeln schälen, abspülen, abtropfen lassen, in dünne Scheiben schneiden und schuppenförmig in eine große, flache Gratinform (gefettet) schichten.

**2.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C

**Heißluft:** etwa 180 °C

**3.** Trüffel fein hobeln und zwischen den Kartoffelscheiben verteilen. Die Gemüsebrühe und Crème fraîche in einem Topf verrühren.

**4.** Schalotten und Knoblauch abziehen, klein würfeln und unter die Crème-fraîche-Brühe rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung auf den Kartoffelscheiben verteilen und mit Butterkäse bestreuen. Die Form auf dem Rost in den

vorgeheizten Backofen schieben. Das Gratin etwa 45 Minuten garen.

# Gratinierte gefüllte Tomaten

6 Stück

**Zubereitungszeit:** 45 Minuten, ohne Auftauzeit

**Gratinierzeit:** 5-10 Minuten

**450 g TK-Blattspinat**

**8 Fleischtomaten (je etwa 150 g)**

**1 Zwiebel**

**2 Knoblauchzehen**

**250 g abgetropfter Mozzarella**

**75 g Kräuterbutter**

**Salz, gem. Pfeffer**

**1 Bund Petersilie**

**50 g Semmelbrösel**

**2 EL Olivenöl**

**Pro Stück:** E: 12 g, F: 21 g, Kh: 11 g, kj: 1183, kcal: 283

- 1.** Für die Füllung Spinat nach Packungsanleitung auftauen lassen.
- 2.** Von den Tomaten 6 schöne Tomaten auswählen, abspülen, abtrocknen und jeweils einen Deckel abschneiden. Tomaten mit einem Löffel aushöhlen. Restliche Tomaten kreuzweise einschneiden und mit kochendem Wasser übergießen. Nach 1-2 Minuten herausnehmen und mit kaltem Wasser abschrecken. Tomaten häuten, halbieren und die Stängelansätze herausschneiden. Tomaten in Würfel schneiden.
- 3.** Den Backofen vorheizen.



**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C

**Heißluft:** etwa 180 °C

**4.** Zwiebel und Knoblauch abziehen, klein würfeln.

Mozzarella ebenfalls in Würfel schneiden. Die Hälfte der Kräuterbutter in einer großen Pfanne zerlassen. Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin glasig dünsten. Aufgetauten Spinat etwas abtropfen lassen, hinzufügen und kurz mit andünsten. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Tomaten- und Mozzarellawürfel vorsichtig unterheben.

**5.** Petersilie abspülen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stängeln zupfen. Blättchen klein schneiden.

Ausgehöhlte Tomaten innen mit Pfeffer bestreuen und mit der Spinat-Mozzarella-Masse füllen. Semmelbrösel mit Petersilie mischen. Die gefüllten Tomaten damit bestreuen. Olivenöl daraufträufeln. Restliche Kräuterbutter in kleine Stücke schneiden und auf die Füllung legen.

**6.** Die Tomaten in eine große Gratinform (gefettet) setzen. Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Tomaten 5–10 Minuten gratinieren.



# Grüne Bandnudeln, mit Quark überbacken

4 Portionen

**Zubereitungszeit:** 40 Minuten

**Überbackzeit:** etwa 20 Minuten

**500 g Magerquark**

**200 ml Milch (3,5 % Fett)**

**Salz**

**ger. Muskatnuss**

**2 EL gemischte Kräuter, z. B. Kerbel, Petersilie, Schnittlauch**

**4 l Wasser**

**4 gestr. TL Salz**

**400 g grüne Bandnudeln**

**50 g Butter**

**50 g ger. Parmesan**

**Pro Portion:** E: 33 g, F: 35 g, Kh: 74 g, kj: 3277, kcal: 782

**1.** Quark mit Milch in eine Rührschüssel geben und mit einem Schneebesen zu einer lockeren Creme verrühren. Mit Salz und Muskat würzen, Kräuter unterheben.

**2.** Wasser in einem großen Topf zugedeckt zum Kochen bringen. Dann Salz und Nudeln hinzugeben. Die Nudeln im geöffneten Topf bei mittlerer Hitze nach Packungsanleitung bissfest kochen, dabei gelegentlich umrühren.

**3.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 200 °C

**Heißluft:** etwa 180 °C

**4.** Anschließend die Nudeln in ein Sieb geben, mit heißem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

**5.** Bandnudeln und die Quark-Kräuter-Creme abwechselnd in eine feuerfeste Form oder Auflaufform (mit einem Teil der Butter gefettet) schichten. Die oberste Schicht sollte aus der Quark-Kräuter-Creme bestehen. Mit Käse bestreuen und die restliche Butter in Flöckchen darauf verteilen.

**6.** Die Form auf dem Rost in den vorgeheizten Backofen schieben. Die Bandnudeln mit der Quark-Kräuter-Creme etwa 20 Minuten goldbraun überbacken.



# Hackbraten auf Kartoffelgratin

4 Portionen

**Zubereitungszeit:** 30 Minuten

**Garzeit:** etwa 60 Minuten

**1 Brötchen (Semmel) vom Vortag**

**500 g Gehacktes (halb Rind-, halb Schweinefleisch)**

**1 Ei (Größe M)**

**1 TL mittelscharfer Senf**

**Salz**

**gem. Pfeffer**

**1 kg mehligkochende Kartoffeln**

**ger. Muskatnuss**

**200 ml Milch (3,5 % Fett)**

**1 geh. TL Kräuter der Provence**

**Pro Portion:** E: 33 g, F: 25 g, Kh: 41 g, kj: 2209, kcal: 527

**1.** Brötchen in kaltem Wasser einweichen und gut ausdrücken. Gehacktes in eine Schüssel geben. Brötchen, Ei und Senf gut unterkneten. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Den Hackfleischteig mit angefeuchteten Händen zu einem flachen, länglichen Laib formen.

**2.** Den Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze:** etwa 180 °C

**Heißluft:** etwa 160 °C

**3.** Für das Gratin die Kartoffeln schälen, abspülen, abtropfen lassen und in dünne Scheiben hobeln. Die Kartoffelscheiben mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen.