



**KOCHEN  
UND  
BACKEN  
MIT DER GAU**

**SAMMELBAND**



**ANNIKA KASTNER**

# Kochen und Backen mit der Gau

## Sammelband

Annika Kastner

Erstausgabe im August 2021  
Alle Rechte liegen beim Verlag

Copyright © August 2021  
Booklounge Verlag  
August-Bebel-Str. 57  
23923 Schönberg

9783947115396

# Inhalt

[Willkommen](#)  
[Amaretto-Apfeltorte](#)  
[Apfelputenbraten](#)  
[Apfel-Vollkorn-Gugelhupf](#)  
[Applepie](#)  
[Auberginen-Paprika-Pfanne](#)  
[Baileyskuchen](#)  
[Bananenbrot](#)  
[Bananen-Schokoladen-Kuchen](#)  
[Basilikum-Pesto mit Mandeln](#)  
[Bauern-Kürbistopf](#)  
[Bethmännchen](#)  
[Bifteki mit Reis und Zaziki](#)  
[Birnen-Haselnuss-Muffins](#)  
[Blaubeer-Haselnuss-Muffins](#)  
[Blaubeer-Kokos-Dinkel-Kekse](#)  
[Blueberry-Apple-Pie](#)  
[Blueberry-Pie](#)  
[Blumenkohl-Brokkoli-Auflauf mit Reis](#)  
[Blumenkohl-Tatar-Auflauf](#)  
[Bratapfel mit Vollkorn-Crumble](#)  
[Brausemuffins mit Zero-Brause](#)  
[Brezel](#)  
[Bulgursalat zum Grillen](#)  
[Bunte Blumenkohl-Mais-Lauch-Suppe](#)  
[Bunter Kartoffeltopf](#)  
[Bunter Kartoffel-Lauch-Auflauf](#)  
[Bunter Reissalat](#)  
[Buntes Ragout mit Vollkornnudeln](#)  
[Bunter Wok](#)

[Burgerbrötchen und Sauce](#)  
[Butterkuchen](#)  
[Cappuccino-Spritzgebäck mit Haselnüssen](#)  
[Cheesecake-Haferflocken-Cookies](#)  
[Chilli sin Carne mit Schokohauch](#)  
[Dänische Julkuchen](#)  
[Dinkel-Blaubeer-Nektarinen-Kuchen](#)  
[Dinkel-Schokobrecher](#)  
[Dinkel-Sonnenkernbrot](#)  
[Eiersalat](#)  
[Energiekugeln](#)  
[Erdbeer-Flammkuchen](#)  
[Erdbeer-Joghurt-Eis](#)  
[Finnische Vollkorn-Haferflocken-Cookies](#)  
[Franskbröd](#)  
[Frische Tomatensauce](#)  
[Frischkäsetorte](#)  
[Fruchtiges Ofenschaschlik](#)  
[Frühlingsfrikassee](#)  
[Frühstücks-Muffin](#)  
[Gefüllte Paprika in Tomaten-Sahne-Sauce](#)  
[Gefüllte Zitronenhasen](#)  
[Gemüse-Frikadelle mit Tsatsiki](#)  
[Gouda-Schweinchen](#)  
[Grünkohl](#)  
[Grünkohl-Kürbis-Auflauf](#)  
[Grünkohl-Lasagne mit Käsesauce](#)  
[Gulasch mit frischem Rotkohl und Nudeln](#)  
[Haferflockenbrot](#)  
[Hähnchen-Paprika-Pfanne](#)  
[Hähnchen-Tomaten-Pfanne](#)  
[Haselnuss-Apfelkuchen mit Honigglasur](#)  
[Haselnuss-Cookies ohne Mehl](#)  
[Herbstgemüse-Lasagne](#)  
[Herbstlicher Apfelkuchen mit Nüssen](#)  
[Himbeer-Zitronen-Kuchen](#)

[Husaren-Kringel](#)  
[Hühnerfrikassee](#)  
[Joghurt-Kräuter-Dressing](#)  
[Käse-Schinken-Baguette](#)  
[Käselauch-Suppe mit Tatar für 2 Tage](#)  
[Kartoffel-Kürbis-Gulasch](#)  
[Kartoffel-Möhren-Auflauf](#)  
[Kartoffelsalat - klassisch](#)  
[Kartoffelsalat zum Grillen](#)  
[Kichererbsensalat mit Maisbrot](#)  
[Kirsch-Gugelhupf](#)  
[Kleiner Salat griechischer Art](#)  
[Knobipaste](#)  
[Kohlrouladen](#)  
[Kokos-Limetten-Kuchen](#)  
[Krümelmonster-Kracher](#)  
[Kürbisbrot 2.0](#)  
[Kürbisbrötchen](#)  
[Kürbiskuchen](#)  
[Kürbismuffin](#)  
[Lachs-Grillspieße](#)  
[Lasagne - halb und halb](#)  
[Lebkuchen-Schneemann-Amerikaner](#)  
[Leichte Bienenstich-Muffins](#)  
[Lieblingszitronenmuffins](#)  
[Limetten-Kokos-Kuchen](#)  
[Linzer](#)  
[Maisbratlinge](#)  
[Maisbrot](#)  
[Mandelbögen](#)  
[Mandel-Haferflocken-Cookies ohne Mehl](#)  
[Mandelzungen-Teegebäck](#)  
[Martinsmänner](#)  
[Mehrkornbrötchen über Nacht](#)  
[Melonen-Feta-Salat](#)  
[Minestrone](#)

[Mohn-Doppeldecker](#)  
[Mohn-Rum-Spritzgebäck](#)  
[Mohn-Vollkornbrot](#)  
[Monkey-Cookies](#)  
[Möhrenkuchen mit Mandeln](#)  
[Müslibrötchen](#)  
[Müsliriegel](#)  
[Nudel-Pilz-Auflauf](#)  
[Nudelrollen](#)  
[Nudel-Kürbis-Spinat-Auflauf](#)  
[Nudel-Rosenkohl-Tatar-Auflauf](#)  
[Nussschnecken](#)  
[Ofenberliner](#)  
[One-Pot-Curry-Pasta](#)  
[One-Pot-Mozzarella](#)  
[Orangen-Hähnchen](#)  
[Orangen-Kipferl](#)  
[Orangen-Spritzgebäck](#)  
[Pasta-Tomaten-Auflauf](#)  
[Pflaumen-Apfel-Haselnuss-Pie](#)  
[Pflaumen-Birnen-Apfel-Kuchen](#)  
[Pflaumenkuchen](#)  
[Pommessalz](#)  
[Pumpkin-Pie](#)  
[Putenbraten mit Möhren-Paprika-Sauce](#)  
[Reistopf mit Hähnchen](#)  
[Rhabarberkuchen](#)  
[Rinderbraten mit Klößen](#)  
[Rote Grütze mit Beeren](#)  
[Rotes Pesto](#)  
[Rotweinkuchen](#)  
[Sandkuchen](#)  
[Schokoladen-Milchbrötchen](#)  
[Schokolade-Orangen-Kekse](#)  
[Schoko-Flakes-Kekse](#)  
[Schoko-Vollkorn-Muffin](#)

[Schokoladenmonster](#)  
[Schnudeldoodles](#)  
[Sommer-Zitronen-Torte](#)  
[Spaghetti nach Carbonara Art](#)  
[Spaghettikürbis](#)  
[Spanischer Vollkorn-Apfelkuchen](#)  
[Spargel-Cordon-Bleu](#)  
[Spargel-Erdbeer-Salat](#)  
[Spinat-Feta-Lasagne](#)  
[Spinat-Tatar-Bällchen](#)  
[Streusel-Kirsch-Kuchen](#)  
[Stollen](#)  
[Toffifee-Muffins](#)  
[Tomatensalat](#)  
[Vanillekipferl](#)  
[Vegetarische Pfannenlasagne](#)  
[Vegetarisch-Gefüllte-Paprika](#)  
[Vollkorncookie Rosi](#)  
[Vollkorn-Dinkel-Cookie Emma](#)  
[Vollkornnudeln mit Spinat-Knoblauch-Sauce und](#)  
[Mandelsplitter](#)  
[Vollkorn-Bananen-Walnuss-Kuchen](#)  
[Vollkorn-Erdbeerkuchen](#)  
[Vollkorn-Haselnusskuchen](#)  
[Vollkorn-Indianer](#)  
[Vollkorn-Lebkuchenmännchen](#)  
[Vollkorn-Mandel-Cookies](#)  
[Vollkorn-Schnecke](#)  
[Vollkorn-Schoko-Muffin](#)  
[Vollkorn-Waffeln](#)  
[Walnuss-Kekse](#)  
[Winterapfel-Muffin](#)  
[Wintertannen](#)  
[Zimtkuchen](#)  
[Zimtplaneten](#)  
[Zimtsterne](#)

[Zitronen-Blaubeerkuchen](#)

[Zitronen-Gugelhupf](#)

[Zitronen-Honig-Dressing](#)

[Zucchini-Feta-Brot](#)

[Zucchini-Lasagne](#)

# Willkommen

Hallo meine liebe Leserin, hallo mein lieber Leser, ich freue mich, dass du dabei bist. Dieses Mal mit keinem Taschenbuch, sondern endlich mit einem Sammelband meiner Best-of Rezepte der Reihe **Kochen mit der Gau** inkl. **Backen mit der Gau** als digitale Ausgabe.

Für alle neuen Leser, die mich noch nicht kennen, möchte ich mich gerne vorab vorstellen: Mein Name ist Annika. Ich bin eine junge Mama und Ehefrau, habe im Laufe der Zeit 59 Kilo an Gewicht verloren, indem ich meine Ernährung umgestellt habe. In meinem Kochbuch wirst du keine außergewöhnlichen Zutaten finden, die du nur einmalig nutzt, sondern meist sowieso in deiner Küche hast. Es soll einfach, lecker und nicht teuer sein, im besten Fall auch noch gesünder als normale Speisen.

Ich esse nicht nur unheimlich gerne, auch haben Lebensmittel einen hohen Stellenwert in meinem Leben. Meine Mahlzeiten sind stets anschaulich angerichtet, denn so isst man mit viel mehr Freude – es heißt nicht ohne Grund, das Auge isst mit. Wenn ich merke, dass ich satt bin, höre ich auf, zu essen. Maßvoller Genuss ist mein Zauberwort. Ebenso esse ich sehr langsam und kaue alles ordentlich durch. Früher habe ich das Essen einfach rein geschlungen, meist noch ein Buch zu Hand gehabt und mich hinterher voll bis zur Kante gefühlt, doch das passiert mir heute nicht mehr.

Ich liebe es, wenn mein Kind aus dem Kindergarten kommt, in der Tür stehen bleibt, die Nase in die Luft hält und sagt: »Mhh, hier riecht das aber lecker.« Bei uns gibt es immer Kekse oder Kuchen; unsere Freunde und die Familie wissen dies, und des Öfteren kommt der ein oder andere spontane Besuch, um ein paar Kekse zu naschen. Mich macht es glücklich, wenn ich anderen mit meinem Gebäck ein Lächeln auf's Gesicht zaubern kann. Allerdings habe ich mir angewöhnt, auch hier etwas mehr auf andere Zutaten zu achten. Meist nehme ich Vollkornmehl; es macht satter als helles Mehl, was nicht heißt, dass du das

ebenso machen musst. Du kannst es bei Bedarf gerne 1:1 austauschen. Oft stellt man mir die Frage, wieso ich vermehrt braunen Zucker verwende. Die Antwort ist klar: Mein Mann ist schuld. Er liebt Karamell und ich habe vor ewigen Zeiten mal gelesen, dass brauner Zucker einen Hauch karamellartiger schmecken soll und seitdem nutze ich diesen. Aber selbst braunen Zucker kannst du 1:1 mit hellem Zucker tauschen. Das gilt sowieso für all meine Rezepte, sei mutig. Tausche Komponenten aus, taste dich heran und kreierte daraus ein vollkommen neues Rezept.

So beginnt es meist für mich: Mein Mäusekind kommt mit einer Idee auf mich zu: »Mama, ich möchte heute so gern einen Kuchen mit Walnuss.« Dann stelle ich mir Musik an, setze mich kurz hin und überlege, was zu einer Walnuss passt. Was würde zusammen schmecken, was harmoniert? Schon lege ich los, tausche vielleicht hier und da etwas aus, gebe noch einen Hauch Vanille hinzu und lege eine andere Zutat zur Seite.

Keines meiner Rezepte verlässt mein Zuhause ohne Probe durch meinen Mann und mein Mäusekind. Geben diese ihre Zustimmung, landet das Rezept bei Instagram unter **die\_gau** – bereit, von dir mit Liebe nachgebacken oder nachgekocht zu werden.

Und weißt du was? Ein kleines Geheimnis zwischen uns: Mit Eiern von glücklichen Hühnern schmeckt das Gebäck noch ein winziges Stück besser. Dann gibt es noch einen herrlichen Zauberspruch vom Mäusekind. So unter uns darf ich ihn verraten: »Leckerschmecker, saftig, fein – so soll unser Kuchen sein. Hex-hex.« Damit kann nichts mehr schief gehen, oder?

Nun habe ich genug gequatscht und wünsche dir viel Spaß beim Blättern.

***Deine Annika***

# Amaretto-Apfeltorte

*Eines Morgens bin ich aufgestanden, es ist draußen kalt gewesen, und ich habe plötzlich total Lust auf Amaretto gehabt. Seit Jahren habe ich nicht mehr daran gedacht. Das ist dabei heraus gekommen.*



## **Zutaten für 1 Kuchen:**

2 bis 3 säuerliche Äpfel  
250 ml Sahne (Cremefine)  
2 Eier  
Wasser oder Apfelsaft  
Amaretto (Sirup)  
100 g Zucker  
100 g Mehl  
2 Tüten Vanillezucker  
1 TL Backpulver  
Zimt

## **Zubereitung:**

Eier, Zucker und Vanillezucker in eine Schüssel geben und mixen, bis alles schön cremig ist. Mehl und Backpulver hinzufügen und weiter

mixen.

Den Teig in eine Kuchenform füllen und bei 170 °C für 20 bis 25 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Den Boden abkühlen lassen.

2 bis 3 säuerliche Äpfel schälen und mit einem Schuss Wasser oder Apfelsaft weichkochen. Amaretto (ich habe Amarettosirup genommen) und etwas Zimt unter die Äpfel rühren. Apfelmasse abkühlen lassen.

Sahne (oder Sahneersatz wie Cremefine) schlagen und Vanillezucker sowie einen Schuss Amaretto zur Sahne geben.

Äpfel auf dem Boden verteilen, mit Sahne bestreichen und dekorieren.

Lecker! Alle lieben ihn.

# Apfelputenbraten

*Wir lieben diesen Braten und essen ihn immer zwei Tage lang. Außerdem ist er unser Weihnachtsessen. Äpfel und Puter – sie passen wunderbar zusammen. Jeder, der das nicht testet, verpasst etwas.*



## **Zutaten:**

900 g Pute

1 Zwiebeln

4 bis 5 Äpfel

ca. 250 ml Apfelsaft (je nach Sauce auch mehr, oder mit Brühe)

Rama Cremefine (7 % Fett)

Brühe

Salz

Pfeffer

Zucker

Zimt

Currypulver

Knoblauch

**Zubereitung:**

Fleisch abwaschen, trocken tupfen, würzen und scharf anbraten. Mit Apfelsaft ablöschen und etwas Brühe einstreuen. Äpfel klein geschnitten hinzufügen.

Zugedeckt ca. 1 Stunde köcheln lassen.

Braten entnehmen und Rama unterrühren. Kurz aufkochen lassen und mit Gewürzen verfeinern.

# Apfel-Vollkorn-Gugelhupf

*Egal, ob im Sommer, Herbst oder Winter, ein leckerer Apfelkuchen geht bei uns immer. Wir lieben Äpfel, in allen Variationen: im Kuchen oder im Braten, auf Keksen oder pur, wie Mutter Natur ihn uns geschenkt hat. Apfel geht immer!*



## **Zutaten für 1 Gugelhupf:**

- 3 süß-säuerliche Äpfel
- 1 EL Milch
- 125 g Margarine
- 3 Eier
- 90 g braunen Zucker
- 200 g Weizenvollkornmehl
- 1 Tüte Backpulver
- 2 bis 3 TL Haselnüsse, grob gemahlen
- Vanille, grob gemahlen

## **Zubereitung:**

Die Äpfel schneiden.

Die restlichen Zutaten in eine Schüssel geben und alles gut mixen.

Nun die Äpfel unterrühren.

Eine Form fetten und 2 bis 3 Teelöffel grob gemahlene Haselnüsse hinein streuen. Nun den Teig drüber geben.

Bei 180 °C für 50 Minuten im Ofen backen.

# Applepie

*Pie - oh, große Pieliebe. Sie sind einfach jedes Mal anders und so flexibel. Auch ein großer Spaß für alle Kids, wenn sie den Deckel mit Förmchen ausstechen dürfen.*



## **Zutaten für 1 Pie:**

### TEIG:

175 g Margarine oder Butter

6 EL kaltes Wasser

300 g Dinkelvollkornmehl

1 EL Zucker

1 Tüte Vanillezucker

1 Prise Salz

### FÜLLUNG:

500 g Äpfel

1 EL Zitronen

1 bis 2 EL braunen Zucker

1 EL feine Speisestärke

1/2 TL Zimt

### **Zubereitung:**

Die Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und kneten.

Den Teig in zwei Kugeln aufteilen und für 30 Minuten kaltstellen.

Die Äpfel in Würfel schneiden und die Zitrone auspressen.

Alle Zutaten der Füllung in eine Schüssel geben und gut mischen.

Teig ausrollen und die eine Hälfte in eine Form legen. Den Rand etwas höher formen.

Nun die Füllung mit den Äpfeln darauf verteilen und mit dem restlichen Teig ein (klassisches) Gitter darüberlegen. Oder eben so wie ich, einfach nett verzieren.

Bei 190 °C für 45 Minuten im Ofen backen.

# Auberginen-Paprika-Pfanne

*Oje, du bist schon wieder spät dran, möchtest aber auch etwas auf den Tisch zaubern? Hier ist die Lösung.*



## **Zutaten für 4 Personen:**

- 4 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Zucchini
- 1 kleine Aubergine
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Dose Mais
- 4 EL Tomatenmark
- 5 EL Tomatenketchup
- 160 ml Wasser
- Salz
- Pfeffer
- Curry
- Oregano
- Basilikum, frisch

**Zubereitung:**

Paprika, Zwiebel, Knoblauchzehen, Zucchini und Aubergine klein schneiden.

Die Zwiebeln glasig anbraten.

Das Gemüse dazugeben und kurz braten. Tomatenmark einrühren, Ketchup und Wasser hinzufügen. Alles gut würzen und mit Deckel ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

Wer mag, kann es zusammen mit Reis servieren.

# Baileyskuchen

*Dieser Kuchen ist im letzten Dänemarkurlaub entstanden, weil Opa eine Flasche Baileys im Gepäck hatte und ich planlos gewesen bin, wohin damit. Also, warum nicht in den Kuchen?*



## **Zutaten für 1 Kuchen:**

250 g Mehl, Typ 450

150 g Zucker

125 g Margarine

2 Eier

1/2 Tüte Backpulver

2 EL Backkakao

150 ml Baileys

## **Zubereitung:**

Den Backofen auf 200 °C vorheizen.

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und alles gut mixen.

Den Teig in eine normal große Backform füllen.

Nun im Backofen für 20 bis 25 Minuten backen. Fertig!

# Bananenbrot

*Ach ja, wie du merkst, überreife Bananen kommen bei uns öfter mal vor.*



## **Zutaten für 1 Brot:**

3 reife Bananen  
300 g Dinkelmehl  
2 Eier  
4 EL Sonnenblumenöl  
1 Tüte Vanillezucker  
1 Tüte Backpulver  
1/4 TL Salz  
1 EL braunen Zucker  
Schokoladenraspeln (wer mag)

## **Zubereitung:**

Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mixen.

Den Teig in eine gefettete Form füllen (ich streue auch etwas Paniermehl hinein) und in den vorgeheizten Ofen bei 180 °C für 45 Minuten backen.

# Bananen-Schokoladen-Kuchen

*Wer kennt sie nicht, die Bananen, die schon zu lange liegen? Hier ist die Lösung!*



## **Zutaten für 1 Kuchen:**

- 2 reife Bananen
- 200 g weiche Margarine oder Butter
- 4 Eier
- 1 EL Milch
- 120 g braunen Zucker
- 300 g Weizenvollkornmehl
- 1 Tüte Vanillezucker (schmeckt auch ohne)
- 2 TL Backpulver
- 30 g Schokoladenraspeln

## **Zubereitung:**

Die Margarine zusammen mit dem Zucker cremig rühren.  
Nun die Eier, zermatschte Bananen, Mehl, Vanillezucker, Backpulver, Milch und Schokoladenraspeln dazu geben und alles gut mixen.  
Den Teig in eine Gugelhupfform füllen.

Kuchen bei 180 °C für ca. 45 Minuten backen. Stäbchenprobe machen!

Ich habe den Kuchen nach dem Auskühlen mit Vollmilchschokolade glasiert und mit getrockneten Bananenscheiben sowie Hagelzucker bestreut. Der Kuchen ging zur Arbeit meines Mannes, da dürfen es schon ein paar Kalorien mehr sein.

# Basilikum-Pesto mit Mandeln

*Pesto in allen Varianten könnte mein Mann täglich essen. Leider muss ich mich wegen meiner Allergie zurückhalten, daher habe ich ein Pesto mit Nüssen, die auch ich vertrage, gebraucht. Ich liebe es!*



## Zutaten:

1 bis 2 Knoblauchzehen  
1 Topf Basilikum  
65 g Parmesan, gerieben  
100 ml Olivenöl  
60 g Mandeln, blanchiert  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung:

Die Mandeln kurz in der Pfanne anrösten.

Mandeln und Käse fein zerkleinern, z. B. mit einem Stabmixer oder einer Küchenmaschine. Knoblauch in Scheiben schneiden. Olivenöl und Basilikum dazugeben und wieder mixen, bis eine cremige Masse entsteht. Wir haben 2 Knoblauchzehen benutzt und lass es mich so sa-

gen: Gut, dass Halloween vorbei ist. Vampire würden nicht mehr bei uns klingeln.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und unter Wärme mit Nudeln nach Bedarf vermengen.

*Ich weiß nicht, ob ich wegen meiner Allergie Pinienkerne vertrage, also einfach schauen, was dabei herauskommt. Trau dich auch mal, Dinge zu testen! Dieses Ergebnis ist sehr lecker.*

# Bauern-Kürbistopf



## **Zutaten für 3 bis 4 Portionen:**

400 g Tatar

800 g Kartoffeln

2 Dosen gehackte Tomaten

3 Paprika

1 Zwiebel

1 Knoblauch

2 Möhren

1/2 Kürbis

1 kleine Dose Mais

2 EL Tomatenmark

Öl zum Anbraten

400 ml Brühe

3 EL Paprikapulver

Chili

Salz

Pfeffer

Knoblauchpulver

2 TL Curry

Kümmel

Zucker

1 bis 2 TL Oregano

Basilikum

**Zubereitung:**

Gemüse in mundgerechte Stücke schneiden.

Fleisch anbraten. Zwiebeln und Knobi dazu. Das Gemüse kurz mit anbraten und Tomatenmark hinzugeben. Mit Tomaten und Brühe ablöschen und mit Deckel köcheln lassen.

Mit Gewürzen abschmecken. Zucker nach Bedarf. Ich nehme auch gerne Süßstoff dafür.

Ca. 40 Minuten köcheln lassen, bis die Kartoffeln gar sind. Zwischendurch umrühren.

Dazu schmeckt frisches Brot.

# Bethmännchen

*Die Bethmännchen stimmen uns schon etwas weihnachtlich, oder? Sie waren ein Rezeptwunsch von euch und ich habe versucht, sie etwas »leichter« zu gestalten.*



## **Zutaten für 1 Blech:**

200 g Marzipan

1 Ei

50 g Puderzucker

2 EL Mandeln, grob gemahlen

Mandeln ohne Schale zur Dekoration

## **Zubereitung:**

Marzipan klein schneiden und mit Puderzucker in einer Schüssel vermengen.

Ei trennen. Das Eiweiß und die gemahlenden Mandeln dazugeben.

Nun alles cremig rühren.

Das Eigelb in einer anderen Schale mit etwas Wasser vermengen.

Die Hände anfeuchten und aus dem Teig kleine Kugeln formen. Diese für ca. eine Stunde kaltstellen. Danach die Kugeln mit dem Eigelb ein-