



ANJA TANAS

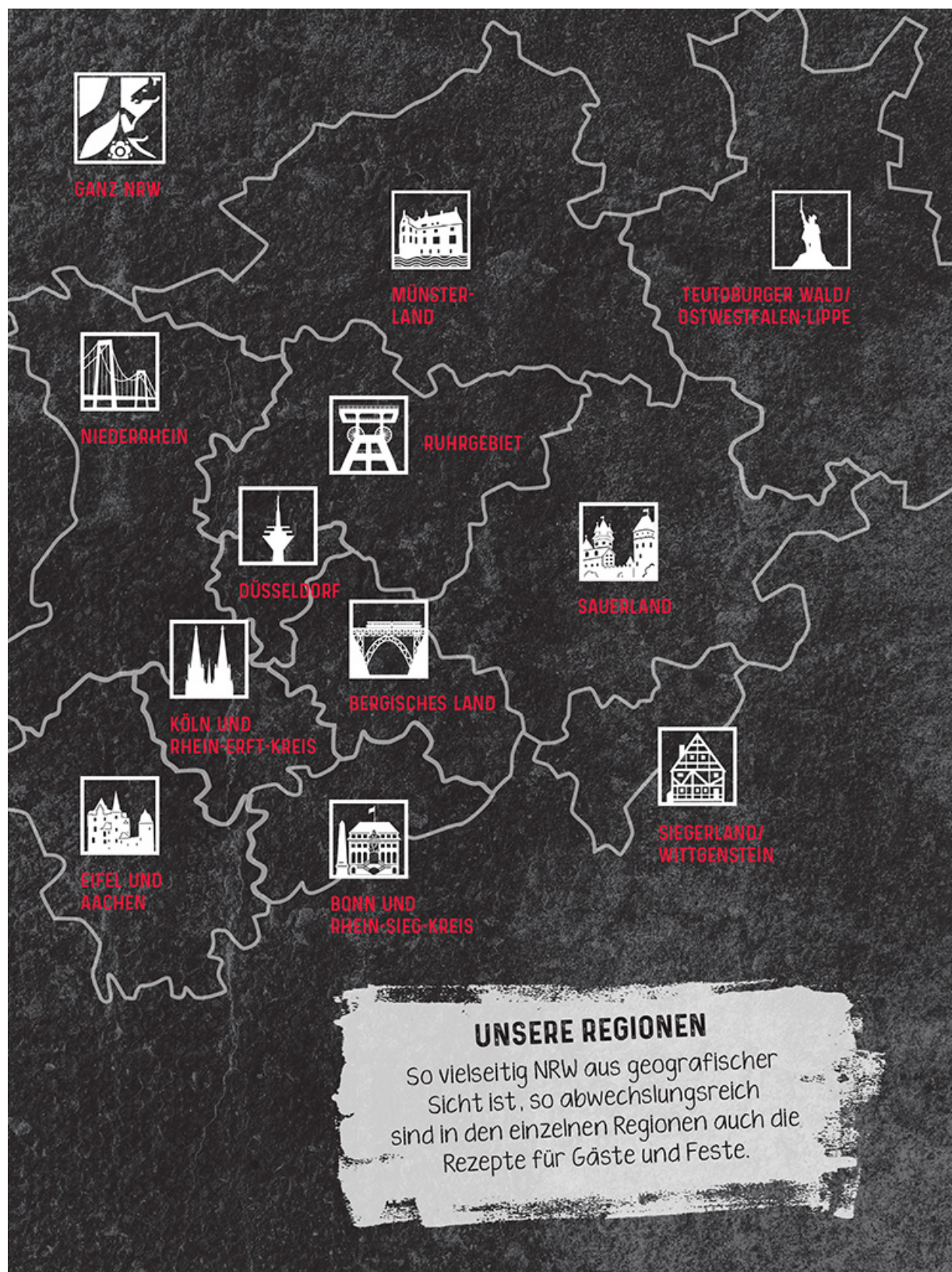
Beste
**HEIMAT
HÄPPCHEN**
**FÜR GÄSTE
UND FESTE**



ZS VERLAG



WDR
FERNSEHEN



INHALT

NU MEN LOSS

JETZT WIRD GEFEIERT!

**SONNTAGSBRUNCH – NACH HERZENSLUST
SCHLEMMEN**

**KAFFEEKLATSCH – KUCHEN UND TORTEN
SATT!**

GRILLEN – „JET SPASS UN FREUD“ AM GRILL

BRAUCHTUM UND FEIERTAGE

FESTESSEN – NRW-MENÜS RUND UMS JAHR

JETZT WIRD GEFEIERT!

Sie sind Genussmensch und schlemmen gern
– ob herzhaft oder süß? Sie kochen und
backen mit Begeisterung, vor allem auch für
Ihre Liebsten? Das dritte Buch der
Heimathäppchen könnte da was für Sie sein!
Es verführt mit regionalen Festessen, einer
fruchtig-süßen Kuchenauswahl und schnell
gemachten Snacks. Auch die gehörige Portion
Brauchtum kommt nicht zu kurz. Unsere
Heimathäppchen für Sie und Ihre Gäste – wie
immer bunt und lecker!



Zunächst möchte ich Ihnen zu diesem dritten Heimathäppchen-Buch gratulieren! Und gleichzeitig von Herzen „Danke“ sagen! Ohne die fortwährende Unterstützung der Online-Community, der Leser und auch Zuschauer, also ohne Sie, wären wir niemals so weit gekommen mit unserem bunten Genussprogramm im WDR. Es vergeht kein Tag, an dem das Heimathäppchen-Team nicht von all den freundlichen Kommentaren und der Interaktion auf den sozialen Medien inspiriert und motiviert wird. Stetig entwickeln wir uns so weiter, versuchen, immer besser zu werden als Quelle für leckere Rezeptideen, für Infos rund um Esstraditionen in NRW, aber auch für Küchentipps und -tricks.



EIN GRUND ZU FEIERN!

Was hat sich getan seit dem zweiten Buch der Heimathäppchen, dem Backbuch? Zunächst einmal sind wir drei Jahre alt geworden, allein das – meine ich – ist schon ein Grund zu feiern! Daher ist das Motto dieser Ausgabe auch so passend: „Für Gäste und Feste“. Das Team der Heimathäppchen hat sich etwas gewandelt, manch eine/r ist weitergezogen, andere Kolleg*innen sind nach wie vor an Bord. Auch viele neue Rezepte sind in unserer angestammten Region verwurzelt, aber – da bin ich ganz ehrlich – die meisten Traditionsgerichte haben wir längst ausgegraben. Dennoch findet

vor allem aber Rezeptentwicklerin Élena-S. Eilmes immer wieder echte Schätzchen, die wir auch künftig mit Ihnen, den Heimathäppchen-Fans, teilen werden. Élena ist mit ihrem Ideenreichtum ein wichtiger Dreh- und Angelpunkt des Formats. Flankiert werden die kulinarischen Urgesteine von zunehmend kreativen und wirklich trendigen Zubereitungsmethoden und Serviervorschlägen. Die heimische Obst- und Gemüsesaison ist dabei nach wie vor unser Kompass. Im Buch haben wir so auch fünf Festmenüs zusammengestellt, die den Jahreszeiten alle Ehre machen.



Zusammen mit Claudia Lodorf (re.) und Johanna Schnüpke (li.) präsentiere ich in der Fernsehsendung „Beste Heimathäppchen“ unsere absoluten Lieblingsrezepte.

BUNTE REZEPTAUSWAHL

Die Heimathäppchen sind und waren noch nie blind auf dem Auge, das zu anderen Kulturen hinüberschleift. Immer wieder bekommen tolle Traditionsgerichte aus anderen Ländern bei uns die Aufmerksamkeit, die sie verdienen – so auch in diesem Buch. Es beherbergt ein buntes Potpourri an Rezepten, die verschiedener nicht sein könnten. Jedes einzelne lieben wir, jedes wurde gezielt ausgesucht.

Für mich persönlich hat sich nicht viel geändert, ich präsentiere die Heimathäppchen in diversen Sendungen des WDR und hatte eine wunderbare Zeit bei den Kochevents mit Followern, die ich bis zur Corona-Krise jeden Monat in der Heimathäppchen-Küche leiten durfte.

VERWÖHNEN SIE SICH UND IHRE GÄSTE!

Gerade in Zeiten, in denen wir eine gewisse Distanz wahren müssen, kann man mit einem gut und liebevoll zubereiteten Essen den zwischenmenschlichen Abstand verringern, denn Liebe geht ja bekanntermaßen durch den Magen. Daher finden wir ein Buch mit diesem Anliegen gerade jetzt genau richtig und wichtig. Es soll Sie unterstützen bei den Überlegungen, was Sie Ihren Gästen anbieten wollen. Halten Sie es wie wir bei den Heimathäppchen: Wer andere verwöhnt, ist gleichzeitig auch gut zu sich selbst. Denn es macht glücklich, auf kulinarische Weise verbunden zu sein.

Wir machen dann auch mal weiter mit unserer Arbeit: ein neues Heimathäppchen entdecken, es hegen, pflegen und weiterentwickeln, bis es Ihnen schließlich in voller filmischer Pracht präsentiert werden kann. Danke für Ihre Treue!

Bis dahin

Ihre Anja Tanas

dup. Tony

SONNTAGS BRUNCH



NACH HERZENSLUST
* SCHLEMMEN *

Das Granola gut abgekühlt in ein Schraubglas füllen - so hält es sich bis zu einem Monat. Das Granola schmeckt mit Milch, Joghurt, Quark, Obst oder pur als knuspriger Snack.



GRANOLA RHEINISCHE ART

KNUSPRIGES NRW-MÜSLI

Aufmacher für jeden Brunch ist gesundes Körnerfutter mit Obst! Dieses trendige Knuspermüsli versprüht einen Hauch Rheinland – dafür sorgen Rübenkraut und Schwarzbrot-Crunch.

 **FÜR 750 G**

 **ARBEITSZEIT: 15 MIN.**

 **BACKZEIT: 40 MIN.**

100 g rheinisches Schwarzbrot

200 g Walnusskerne

200 g kernige Haferflocken

½ TL Zimtpulver

Salz

120 ml Rapsöl (aus dem Rheinland; alternativ Sonnenblumenöl)

6 EL Honig

3 EL Rübenkraut

50 g getrocknete Äpfel

1. Den Backofen auf 175°C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen. Das Schwarzbrot in eine Schüssel bröseln.

Die Walnüsse grob hacken und mit den Haferflocken hinzufügen. Alles verrühren, bis es gut vermischt ist.

2. Den Zimt und $\frac{3}{4}$ TL Salz über die Mischung streuen und unterrühren. Öl, Honig und Rübenkraut hinzufügen und ebenfalls unterrühren.

3. Die Mischung gleichmäßig auf dem Backblech verteilen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 40 Minuten rösten, bis sie goldbraun ist und köstlich duftet. Dabei jeweils nach 15 und 30 Minuten durchrühren.

4. Die getrockneten Äpfel grob hacken. Das Granola aus dem Ofen nehmen, die Apfelstückchen unterrühren und das Granola auf dem Blech auskühlen lassen.

TIPP: Für groberes Granola nur einmal umrühren.





REIHENWECKEN MIT ERDBEERKONFITÜRE

FLUFFIGE MILCHBRÖTCHEN MIT FRUCHTTOPPING

Ganz ordentlich schmiegen sie sich aneinander, die leckeren süßen Hefebrötchen. Im Rheinland nennt man sie daher auch „Zeilenweck“. Mit kalt gerührtem Erdbeeraufstrich sind sie eine Wucht!



FÜR 6 STÜCK



ARBEITSZEIT: 30 MIN.



GEHZEIT: 70 MIN.



BACKZEIT: 25 MIN.

Für den Vorteig:

125 g Mehl (Type 550)

75 g Milch

15 g frische Hefe

Für den Hauptteig:

150 g Mehl (Type 550)

25 g Milch

30 g Zucker

40 g zimmerwarme Butter

1 Ei
Salz
¼ TL Vanilleextrakt
5 Tropfen Zitronenaroma

Außerdem:

Mehl für die Arbeitsfläche
1 Eigelb
Salz
Hagelzucker zum Bestreuen (nach Belieben)

 **FÜR 2 GLÄSER [À 150 ML]**

 **ARBEITSZEIT: 15 MIN.**

Für die kalt gerührte Erdbeerkonfitüre:

250 g Erdbeeren
1 Vanilleschote
3 EL Zitronensaft
180 g Gelierzucker „ohne Kochen“

1. Für den Vorteig Mehl, Milch und Hefe 5 Minuten in der Küchenmaschine oder mit den Knethaken des Handrührgeräts verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen.

2. Für den Hauptteig Mehl, Milch, Zucker, Butter in Flöckchen, Ei, ½ TL Salz, Vanilleextrakt und Aroma zum Vorteig geben. Auf niedrigster Stufe 3 Minuten verrühren. Anschließend den Teig auf mittelhoher bis hoher Stufe 7 Minuten zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Den Teig zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

3. Den Teig aus der Schüssel auf die bemehlte Arbeitsfläche stürzen, in 6 Portionen teilen und erst zu straffen Bällchen, dann diese zu etwa 10 cm langen Röllchen formen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Röllchen mit etwa 1 cm Abstand auf das Blech legen. Zugedeckt an einem warmen Ort weitere 25 Minuten gehen lassen.

4. Inzwischen den Backofen auf 180°C vorheizen. Das Eigelb mit 1 Prise Salz und 1 EL Wasser verquirlen und die Reihenwecken damit bestreichen. Nach Wunsch mit Hagelzucker bestreuen und auf der mittleren Schiene in den Ofen schieben. 1 Tasse Wasser auf den Backofenboden gießen, die Tür schließen und die Reihenwecken etwa 25 Minuten goldbraun backen. Die Reihenwecken aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Möglichst frisch servieren.

5. Für die kalt gerührte Erdbeerkonfitüre die Erdbeeren verlesen, waschen und putzen. In Stücke schneiden und in eine Rührschüssel füllen. Die Vanilleschote längs aufschneiden und das Vanillemark herauskratzen. Vanillemark und Zitronensaft zu den Erdbeeren geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Den Gelierzucker hinzufügen und 1 Minute untermixen.

6. Die Masse bei Bedarf durch ein Sieb in eine Schüssel passieren. Die Erdbeerkonfitüre in zwei sterilisierte Gläser füllen und offen 2 Stunden in den Kühlschrank stellen – dies dient dazu, dass die Luft aus der Masse entweichen kann.

7. Die Gläser verschließen und die kalt gerührte Erdbeerkonfitüre im Kühlschrank aufbewahren. Sie hält sich etwa 2 Wochen.

Etwas deftiger werden die Mengpuffert-Cupcakes, wenn Sie noch 90 g fein gewürfelten Schinkenspeck unter den Kartoffelteig mischen.



MENGPÜFFERT-CUPCAKES MIT KRÄUTER-KNOBLAUCH-TOPPING

SAFTIGE UND WÜRZIGE KARTOFFELKÜCHLEIN

Für diese bergische Spezialität mischt man traditionell geriebene Kartoffeln mit in den Brotteig. Diese geniale Idee stibitzen wir für unser Brunchbüfett und machen herzhaftes Kartoffelteig-Küchlein mit einem Frosting, das die Geschmacksknospen tanzen lässt.



FÜR 6 STÜCK



ARBEITSZEIT: 20 MIN.



GEHZEIT: 1 STD.



BACKZEIT: 25 MIN.

Für den Mengpüffertteig:

190 g vorwiegend festkochende Kartoffeln

200 g Mehl (Type 550)

Salz

7 g frische Hefe

frisch geriebene Muskatnuss

Zutaten für das Kräuter-Knoblauch-Topping:

1–2 Knoblauchzehen

½ Bund Schnittlauch
½ Bund Petersilie
150 g zimmerwarme Butter
150 g Frischkäse
Salz • Pfeffer aus der Mühle
1 Spritzer Zitronensaft
Paprikapulver (edelsüß)

Außerdem:

1 Muffinblech
Butter für die Form
2 Scheiben Frühstücksspeck
Spritzbeutel mit Rundtülle (1,5 cm)

1. Sechs Mulden des Muffinblechs dünn mit Butter ausfetten. **Für den Mengpufferteig** die Kartoffeln schälen, waschen und fein in eine Schüssel reiben. Mehl, 100 ml lauwarmes Wasser, $\frac{3}{4}$ TL Salz, Hefe und 1 Prise Muskatnuss hinzufügen. Alles mit den Knethaken des Handrührgeräts 2 bis 3 Minuten verkneten.

2. Mengpufferteig in die Mulden des Muffinblechs verteilen und zugedeckt an einem warmen Ort 1 Stunde gehen lassen. 15 Minuten vor Ende der Gehzeit den Backofen auf 220°C vorheizen.

3. Die Cupcakes im Ofen auf der mittleren Schiene 10 Minuten backen. Ofentemperatur auf 200°C zurückschalten und die Muffins weitere 15 Minuten goldbraun backen.

4. Cupcakes aus dem Ofen nehmen, 5 Minuten in der Form ruhen lassen und aus der Form nehmen. Auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

5. Für das Knoblauch-Kräuter-Topping den Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Die Kräuter waschen und trocken

schütteln. Schnittlauch in Röllchen schneiden, Petersilie abzupfen und fein hacken.

6. Die Butter mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schlagen und den Frischkäse unterrühren. Knoblauch und Kräuter unterrühren und die Masse mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft und 1 Prise Paprikapulver würzen.

7. Den Frühstücksspeck in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten und auf Küchenpapier abkühlen lassen.

8. Knoblauch-Kräuter-Topping in den Spritzbeutel füllen und jeweils 1 üppigen Klecks auf die Mengpüffert-Cupcakes setzen. Frühstücksspeck in jeweils 3 Stücke brechen, in das Knoblauch-Kräuter-Topping stecken und die Cupcakes servieren.



EIFELER KANEELKRANZ

EINGEDREHTES ZIMTGEBÄCK

Anstatt des Weckchens isst so manch ein Eifeler zum Frühstück und zum Kaffeetrinken lieber einen Zimtkranz, besonders wenn's draußen kalt ist. Passt also auch perfekt zum Brunch! Kaneel ist Platt und heißt nichts anderes als Zimt.

 **FÜR 1 KRANZ [CA. 1300 G]**

 **ARBEITSZEIT: 25 MIN.**

 **GEHZEIT: 100 MIN.**

 **BACKZEIT: 25 MIN.**

Für den Teig:

¼ l Milch

½ Würfel Hefe (21 g)

80 g Zucker

500 g Mehl (Type 550)

Salz

100 g zimmerwarme Butter

1 TL Vanilleextrakt

1 Ei

Für die Füllung:

75 g weiche Butter
2 EL Zucker
1 ½ TL Zimtpulver
180 g Sultaninen (ersatzweise Korinthen)

Außerdem:

Butter zum Bestreichen Mehl für die Arbeitsfläche
1 Eigelb
Salz

- 1. Für den Teig** Milch lauwarm erwärmen, Hefe hineinbröckeln. 1 gehäuften EL Zucker hinzufügen und rühren, bis die Hefe sich aufgelöst hat. Etwa 10 Minuten gehen lassen, bis die Hefe anfängt, Blasen zu schlagen.
- 2.** Das Mehl in eine Rührschüssel sieben. Restlichen Zucker, 1 TL Salz, Butter in Flöckchen, Vanilleextrakt, Ei sowie Hefemilch hinzufügen. Mit den Knethaken des Handrührgeräts oder in der Küchenmaschine den Teig 10 Minuten zu einem glatten, elastischen Teig verkneten.
- 3.** Teig zu einer Kugel formen, mit wenig weicher Butter bestreichen und die Kugel mit der Naht nach unten zurück in die Schüssel legen. Zugedeckt an einem warmen Ort etwa 1 Stunde gehen lassen, bis sich die Teigmenge etwa verdoppelt hat.
- 4.** Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem Rechteck in etwa Backblechgröße ausrollen.
- 5. Für die Füllung** den Teig dünn mit Butter bestreichen. Zucker und Zimt mischen und gleichmäßig über den Teig streuen. Sultaninen darüber verteilen.