

Bibi & Tina[®]

Das Koch- und Backbuch



riva

Bibi & Tina[®]

Das Koch- und Backbuch



riva



Inhalt

Auf ins Bibi & Tina-Kochabenteuer!	6
---	----------

Rezepte vom Martinshof	9
-------------------------------------	----------

Falkensteiner Gemüsetarte	10
One-Pot-Pasta	13
Holgers Bohnen-Eintopf	14
Gemüsepuffer à la Tina	17
Frau Martins Butterkuchen	18
Haferkekse	21
Pflaumenkuchen nach Martinshofart	22
Tierkekse zum Ausstechen	25
Original Falkensteiner Lebkuchen-Pferde	26
Selbst gemachte Zitronenlimonade	29
Apfel-Kräuter-Limonade	30

Frühstück mit der BFF	33
------------------------------------	-----------

Heidelbeer-Buttermilch-Brötchen	35
Gesunde Apfelpfannkuchen	36
Selbst gemachtes Granola	39
Haferbrei mit Zimt und Banane	40
Tinas Joghurt-Bowl	43

Rührei wie auf dem Martinshof	44
Karamell-Brotaufstrich für Naschkätzchen ...	47
Susanne Martins Nuss-Nougat-Creme	48
Apfelgelee	51
Heidelbeer-Bananen-Smoothie	52
Grüner-Kiwi-Smoothie	55

Picknick mit Bibi und Tina.... 57

Bibis und Tinas Lieblingssandwiches	58
Blätterteig-Pizzaschnecken für Alex	61
Gefüllte Blätterteigtaschen	62
Bunter Nudelsalat	65
Vegetarische Wraps	66
Erdnussbutter-Bananen-Muffins	69
Mini-Gugel	70
Müsli-Nussecken	73

Leckeres von Schloss Falkenstein 75

Bunte Begrüßungscocktails	76
Das Blaue vom Himmel	76
Die grüne Wiese	76
Dagoberts Zucchini-Röllchen	79
Falkos Vanille-Kürbissuppe	80
Gräflisches Rahmgeschnetzeltes mit Spätzle ...	83
Kokosmousse mit Mandarinen	84





Lieblingsspeisen aus Falkenstein 87

Bibis Kartoffelbrei	88
Das Grundrezept	88
Apfel-Speck-Topping	90
Kürbiskern-Zwiebel-Topping	91
Tinas Spaghetti mit Gemüse-Bolognese	92
Alexanders Blumenkohl-Curry	95
Mikoschs ungarischer Sauerkrauteintopf	96
Bauernschmaus vom Mühlenhofbauern	99

Kräuter- und Gemüserezepte... 101

Gemüsepesto vom Birkenhof	102
Lindas Tomatenaufstrich	105
Löwenzahnsalat à la Weidenhofbäuerin	106
Kräuter-Gewürzpaste vom Weidenhof	109

Gesunde Snacks für Bibi, Tina und ihre Freunde..... 111

Himbeer-Energie-Bällchen für Reitermädchen	112
Kokosbällchen für beste Freundinnen	115
Sesam-Müsliriegel für süße Stunden	116
Himbeer-Nussriegel für Reitausflüge	119

Snacks für die Pferdelieblinge 121

Karotten-Hafer-Snacks für Lieblingspferde . . . 122

Apfel-Leckerlis für Amadeus und Sabrina . . . 124

Bananen-Leckerlis für große und kleine Pferde 125

Apfel-Möhren-Pferde-Leckerlis 126

Tipps für eine Bibi & Tina-Party 129

Bibis Lieblingsmuffins 130

Hufeisen-Bienenstichkuchen 133

Bibi & Tina-Erdbeersahnetorte 137

Deko-Tipps für die Reiterhofparty 139



Auf ins Bibi & Tina-Kochabenteuer!

Dieses Koch- und Backbuch führt dich in die Welt von Bibi und Tina: Du kannst einen Besuch auf dem Martinshof machen und Frau Martins berühmten Butterkuchen nachbacken, mit Bibi und Tina frühstücken und Apfelpfannkuchen naschen, mit den besten Freundinnen picknicken, auf Schloss Falkenstein ein gräfliches Menü genießen und vieles mehr! Und nicht nur das – am Ende des Buchs findest du tolle Rezepte und Tipps für eine unvergessliche Bibi & Tina-Mottoparty!

Alle Rezepte sind für die ganze Familie geeignet und können gemeinsam gekocht und gebacken werden. Bitte deine Eltern oder einen anderen Erwachsenen um Hilfe, falls du den ein oder anderen Zubereitungsschritt nicht verstehst.

Diese Abkürzungen werden verwendet:

TL = Teelöffel
EL = Esslöffel
g = Gramm
kg = Kilogramm
ml = Milliliter
l = Liter
Pck. = Päckchen
Msp. = Messerspitze
cm = Zentimeter
°C = Grad Celsius
Ø = Durchmesser



Die Backofentemperatur ist für Ober-/Unterhitze und Umluft angegeben; wenn es für das Rezept wichtig ist, dass es bei Umluft gebacken wird, dann ist nur Umluft angegeben.

Einige Gerichte sind vegan oder vegetarisch; wenn sie das nicht sind, gibt es viele Tipps, die dir helfen, das jeweilige Rezept vegan oder vegetarisch zu machen. Diese Zeichen zeigen dir, welche Rezepte vegetarisch und welche vegan sind:

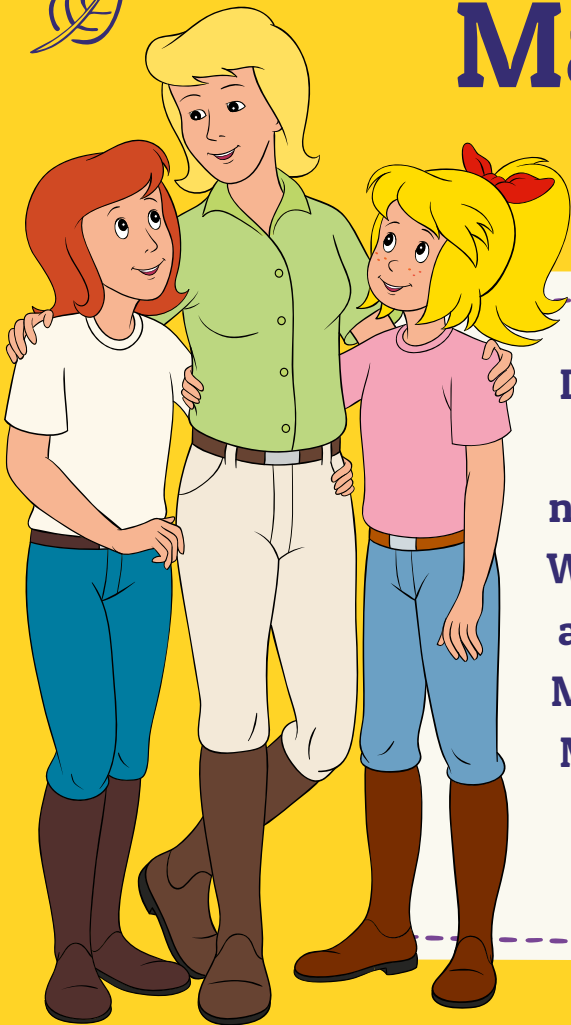


Und jetzt viel Spaß beim Backen und Kochen von Bibis und Tinas Lieblingsrezepten.





Rezepte vom Martinshof



**Die beiden besten Freundin-
nen Bibi und Tina lieben es
nicht nur, gemeinsam um die
Wette zu reiten, sondern sind
auch begeisterte Köchinnen.
Mit Unterstützung von Tinas
Mutter brutzeln und backen
die zwei in der Küche des
Martinshofs.**



Falkensteiner Gemüsetarte

Diese frische Sommertarte ist genau das Richtige für einen lauen Sommerabend auf dem Martinshof. So eine Tarte oder Quiche ist eine gute Gelegenheit, nachhaltig zu kochen, denn so kann auch übrig gebliebenes Gemüse verarbeitet werden.



Zutaten

Für 1 Quicheform (Ø 26 cm)

Für den Teig

125 g kalte Butter
250 g Mehl
1 Ei (Größe M)
Salz

Für die Füllung

450 g Lieblingsgemüse
(z. B. Zucchini, Karotten,
Brokkoli und Paprika-
schoten)
½ Bund Frühlingszwiebeln
50 g Kirschtomaten
3 Eier (Größe M)
200 g Schmand
2 TL gehackte Kräuter
(frisch oder TK)
Salz
Pfeffer
100 g Bergkäse

Quicheform

1. Für den Teig die Butter würfeln und mit Mehl, 1 Ei, 1 Prise Salz und 4 EL kaltem Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Die Quicheform einfetten oder mit Backpapier auslegen. Den Teig in die Form geben, dabei einen Rand hochziehen, und den Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen, dann 30 Minuten kalt stellen.
2. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 160 °C) vorheizen. Das Gemüse waschen, putzen und hobeln oder in Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Kirschtomaten waschen und halbieren. Frühlingszwiebeln, Tomaten und Gemüse auf dem Teigboden verteilen.
3. Die restlichen Eier, Schmand und Kräuter verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Käse reiben und unterrühren. Die Eiermischung über das Gemüse gießen und die Tarte etwa 35 bis 40 Minuten backen.



Frau Martins Tipp:
Die Tarte kann man
warm oder kalt essen.
Sie kann auch
eingefroren werden.



