

Duftkalender

2024



Fotokunst, die Freude macht und Kunstdrucke mit **DUFT**

Mit je einem Finger über die Bildblätter reiben und am Finger riechen.



Leichte, aussergewöhnliche **REZEPTE**

mit kompletter Anleitung und mit Einkaufszettel. Die Rezepte sind heraustrennbar.



Heraustrennbare **ARCHIV-BOX**

für die Rezepte, zum Sammeln und Aufbewahren – immer griffbereit.



DUFT

Zitronenduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Januar

1 2 3 4 5 6 🍋 8 9 10 11 12 13 🍋 15 16 17 18 19 20 🍋 22 23 24 25 26 27 🍋 29 30 31

1 2 3 🌿 5 6 7 8 9 10 🌿 12 13 14 15 16 17 🌿 19 20 21 22 23 24 🌿 26 27 28 29

Februar



Crostini-Mille-feuille mit Birnen und Ziegenfrischkäse

- 1 Backofengrill vorheizen. Brot in ca. 20 dünne Scheiben schneiden, diese nebeneinander auf ein Backblech legen, mit ca. 4 El Olivenöl beträufeln und unter dem heißen Backofengrill von beiden Seiten goldbraun und knusprig rösten.
- 2 Walnüsse fein hacken. Essig mit Honig und restlichem Olivenöl und gehackte Walnüsse verquirlen und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Birnen schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen. Birnenhälften in dünne Scheiben schneiden. Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Birnen und Salatblätter mit dem Dressing marinieren.
- 3 Crostini mit etwas Frischkäse bestreichen und abwechselnd mit Birnenscheiben und Salatblättern zu Türmchen auf einander schichten. Nach belieben mit einigen essbaren Blüten garnieren.

Zutaten für 4 Portionen:

EINKAUFSZETTEL

- 1 Baguette
- insgesamt ca. 6-8 El Olivenöl
- 30 g Walnüsse
- 2 El Balsamico Bianco
- 1 El flüssigen Honig
- Salz, Pfeffer
- 2 reife Birnen
- 50 g gemischte Blattsalate (z.B. Spinat-, Rucola-, Eichblatt, oder junger Mangoldsalat)
- 250 g Ziegenfrischkäse

wenn verfügbar: nach belieben essbare Blüten zum bestreuen (z.B. Kapuzinerkresseblüten, Veilchen, Ringelblumenblüte, Gänseblümchen)



In Barolo pochirtes Rinderfilet mit Petersilienwurzelpüree

- 1 Schalotten halbieren und in heißem Öl in einem Topf anbraten. Mit Zucker bestreuen, karamellisieren lassen, dann mit Portwein ablöschen und mit Rotwein, Madeira, Kräutern und den Gewürzen aufkochen, Hitze reduzieren. Filet in den siedend-heißen, aber nicht kochenden Sud legen und darin etwa 25-30 Minuten zugedeckt pochieren. Dabei das Fleisch gelegentlich wenden.
- 2 Petersilienblätter abzupfen, Petersilienwurzel schälen, würfeln und in kochendem Salzwasser weich garen. Anschließend abschütten und mit den gezupften Blättern und der weichen Butter in einen Mixer geben und fein pürieren. Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und warm halten.
- 3 Filet und Kräuter aus dem Sud nehmen und in Alufolie gewickelt im 80 C° heißen Ofen warm halten. Sud auf 150 ml einkochen lassen und mit etwas Stärke leicht binden. Kalte Butter nach und nach unterrühren. Schalotten untermischen. Soße mit Salz, Pfeffer abschmecken.
- 4 Fleisch in Scheiben schneiden, würzen und mit Sauce, Schalotten und Püree servieren.

Zutaten für 4 Portionen:

EINKAUFSZETTEL

- 8 Schalotten
- 2 El Zucker
- 150 ml roter Portwein
- 400 ml Barolo
- 100 ml Madeira
- 1 Rosmarinzweige
- 2 Thymianzweige
- 2 Lorbeerblätter
- 1 El schwarze Pfefferkörner, zerdrückt
- 2-3 Nelken
- 600 g Ochsenfilet, ohne Haut und Sehnen
- 2 Bund Blatt-Petersilie
- 400 g Petersilienwurzel
- 80 g weiche Butter, für das Püree
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 1 Tl Stärke, mit etwas kaltem Wasser angerührt
- 100 g kalte Butter für die Soße



Knuspriges Lamm-Chiabatta auf Bohnen-Salat

- 1 Stangenbohnen und Keniabohnen putzen, in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser bissfest blanchieren. Dann in Eiswasser abschrecken und mit abgetropften Bohnenkerne in eine Schüssel geben und mit halbierten Kirschtomaten mischen.
- 2 Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln und in 2 El Olivenöl kurz andünsten. Das Ganze mit Balsamico Bianco ablöschen und zu den vorbereiteten Bohnen in die Schüssel geben. Ahornsirup und restliches Olivenöl zu den Bohnen geben. Salat gut durchmischen und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Einige Minuten durchziehen lassen.
- 3 Inzwischen Brot für 1 Std. in das Gefrierfach legen. Lammfleisch klein würfeln, mit Salz, Pfeffer würzen und mit Sahne in einem Mixer fein pürieren. Getrocknete Tomaten und Oliven klein würfeln bzw. hacken. Kräuter abzupfen und fein hacken.
- 4 Gewürfelte Tomaten, Oliven und gehackte Kräuter zum Lamm-Brät geben und untermischen. Masse nochmals kräftig abschmecken.
- 5 Brot aus dem Gefrierfach nehmen und in 8 ca. 2mm dünne Scheiben schneiden. Auf die Hälfte davon das Lamm-Brät verteilen und glatt streichen. Mit den restlichen Brotscheiben belegen und in heißem Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 4 min. braten.
- 6 Goldbraun gebackene Brote auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit dem Bohnensalat servieren.

Zutaten für 4 Portionen:

EINKAUFSZETTEL

- 150 g breite Stangenbohnen
- 200 g Keniabohnen
- 150 g weiße Bohnen (a.d. Dose)
- 10 Kirschtomaten, halbiert
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 4-5 El Olivenöl
- 2 El Balsamico Bianco
- 1 El Ahornsirup
- ca. 400 g Chiabattabrot
- 200 g schieres Lammfleisch Rücken, Filet oder Keule
- Salz, Pfeffer
- 100 ml eiskalte Sahne
- 4 getrocknete Tomatenfilets, in Öl eingelegt
- 2 El Schwarze Oliven, ohne Stein
- je 1 Rosmarin- und Thymianzweig
- 2-3 El Olivenöl zum braten



DUFT

Zitronenduft

Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte

unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Januar

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29

Februar



DUFT

Aromasendigt
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

März

1 2 🍒 4 5 6 7 8 9 🍒 11 12 13 14 15 16 🍒 18 19 20 21 22 23 🍒 25 26 27 28 29 30 🍒

1 2 3 4 5 6 🍑 8 9 10 11 12 13 🍑 15 16 17 18 19 20 🍑 22 23 24 25 26 27 🍑 29 30

April



Schwarzwälder-Kirsch-Crumble

- 1 Ofen auf 160 C° vorheizen. Schokolade, Butter und Zucker in einer Schüssel zusammen über einem heißen Wasserbad schmelzen. Schüssel vom Wasserbad nehmen, Eier nach und nach unter die flüssige Schokomasse rühren. Zum Schluss Mehl und Backpulver untermischen. Teig in ein mit Backpapier belegtes tiefes Backblech verteilen und im Ofen etwa 30 Minuten backen. Anschließend Brownie in dem Backblech auskühlen lassen, dann in kleine Stücke brechen.
- 2 Kirschsauce mit Zimt und Chilischote aufkochen lassen. Kochenden Saft mit Speisestärke binden. Kirschen in die Soße geben. Das Ragout etwas abkühlen lassen, dann in Gläser verteilen. 2/3 der Brownie-Stückchen darauf verteilen.
- 3 Sahne mit Zucker steif schlagen, Kirschegeist unterrühren. Geschlagene Sahne auf die Kirschen im Glas verteilen und mit den restlichen Brownie-Stückchen bestreuen.

Zutaten für 4 Portionen:



EINKAUFSZETTEL

- | | |
|-----------------------------------|---|
| Für die Brownie-Stückchen: | Außerdem: |
| 200 g Zartbitter-Schokolade 70 % | 250 ml Kirschsauce |
| 100 g Butter | ½ Tl Zimtpulver |
| 150 g Zucker | ½ Chilischote |
| 4 Eier | 1 Tl Speisestärke, mit etwas kaltem Wasser verrührt |
| 50 g Mehl | 400 g entsteinte (Kirschen aus dem Glas) |
| 1 Tl Backpulver | 300 ml Sahne |
| | 50 g Zucker |
| | 3 El Kirschegeist |



Wildhasenrücken mit Wirsing im Crepemantel

- 1 Hasenrücken mit Salz, Pfeffer würzen und in heißem Butterschmalz rundum anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, Bratensatz mit Wein ablöschen und mit Fond auffüllen. Das Ganze bei mittlerer Hitze um die Hälfte einkochen lassen.
- 2 Inzwischen Mehl, Milch, Eier und Salz in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verrühren. Die Hälfte vom Teig, in eine große beschichtete Pfanne mit etwas heißem Butterschmalz gießen, verteilen, Teig anstocken lassen. Crepe wenden und weitere 30 Sekunden backen. Auf die gleiche Weise einen weiteren großen Crepe backen.
- 3 Schalotten schälen, fein würfeln und in zerlassener Butter andünsten. Mit Mehl bestäuben, Brühe und Sahne unterrühren und aufkochen lassen. Soße vom Herd ziehen und vollständig erkalten lassen. Wirsing in feine Streifen schneiden und ca. 2 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Anschließend kalt abschrecken, ausdrücken und unter die erkalte Sahnesoße mischen. Alles kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.
- 4 Ofen 160 C° , Wirsing-Mischung auf die beiden Crepe verteilen, glatt streichen, je ein Hasenrückenfilet in die Mitte geben. Crepe fest einrollen, für etwa 15 Minuten in den heißen Ofen geben.
- 5 Inzwischen Wildsoße durch ein feines Sieb in einen anderen Topf gießen und mit Stärke leicht binden. Halbsteife Sahne und Preiselbeeren unterrühren, Soße mit Salz, Pfeffer abschmecken.
- 6 Creperolle aus dem Ofen nehmen, in Stücke schneiden und mit der Soße servieren. Als Beilage passt wunderbar ein cremiges Selleriepüree.

Zutaten für 4 Portionen:



EINKAUFSZETTEL

- | | |
|--|---|
| 2 Wildhasenrückenfilets à 300 g, ohne Haut u. Sehnen | ½ Wirsing |
| 100 ml Rotwein | Salz, Pfeffer, Muskat |
| 400 ml Wildfond | 1 El Speisestärke, mit etwas kaltem Wasser verrührt |
| 50 g Mehl | 3 El Preiselbeeren aus dem Glas |
| 150 ml Milch | ca. 3 El halbsteife geschlagene Sahne |
| 2 Eier | |
| 1/2 Tl Salz | |
| 2 Schalotten | |
| 30 g Butter | |
| 1 El Mehl | |
| 150 ml Brühe | |
| 100 ml Sahne | |



Sauerkirsch-Schokoladen Petit fours

- 1 Ofen auf 180 C° vorheizen. Ein tiefes Backblech (ca. 15 x 15 cm) mit Backpapier auslegen. Eier mit Zucker schaumig-steif schlagen. Mehl mit Stärke und Kakao mischen, zum Eischaum sieben und unterheben. Teig in das Backblech füllen und im Ofen etwa 20-25 Minuten backen. Anschließend auf ein Kuchengitter stürzen und abkühlen lassen.
- 2 Kirsch-Marmelade in einen Topf geben und aufkochen lassen. Biskuit zweimal horizontal durchschneiden. Jede Scheibe gleichmäßig mit etwas Kirschegeist beträufeln, mit der Marmelade bestreichen und wieder aufeinander setzen. Restliche Marmelade für später reservieren.
- 3 Sahne aufkochen, Butter und Schokolade Stückchenweise zufügen und darin auflösen. Etwas abkühlen lassen. 2 El Wasser mit Zucker aufkochen, Creme fraiche und Schoko-Mischung unterrühren. Etwas abkühlen lassen.
- 4 Biskuit in 16 gleich große Würfel schneiden und auf ein Gitter setzen. Schokoladenüberzug über die Würfel verteilen. Restliche reservierte Marmelade nochmals erhitzen, Sauerkirschen darin wenden und je eine auf jeden überzogenen Biskuit-Würfel setzen. Petit fours kühl stellen.

Zutaten für ca. 16 Petit fours:



EINKAUFSZETTEL

- | | |
|-----------------------------|--|
| Für den Biskuit: | Außerdem: |
| 3 Eier | 150 g Sauerkirsch-Marmelade |
| 50 g Zucker | 2-3 El Kirschegeist |
| 60 g Mehl | 16 eingelegte Sauerkirschen (ersatzweise Sauerkirschen aus dem Glas) |
| 20 g Speisestärke | |
| 20 g Kakao | |
| Für den Überzug: | |
| 100 ml Sahne | |
| 30 g Butter | |
| 150 g Zartbitter-Schokolade | |
| 75 g Zucker | |
| 40g Creme fraiche | |

DUFT

Aromasendigt
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

März

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

April



DUFT

Basilikumduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen 

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Mai

1 2 3 4  6 7 8 9 10 11  13 14 15 16 17 18  20 21 22 23 24 25  27 28 29 30 31

1  3 4 5 6 7 8  10 11 12 13 14 15  17 18 19 20 21 22  24 25 26 27 28 29 

Juni



Salat von Tomaten, Grapefruit und Wassermelone mit Zitronen-Vanille-Dressing

- 1 Von einer Zitrone die Schale herunterschälen und diese in feine Streifen schneiden. Beide Zitronen halbieren, Saft auspressen.
- 2 Zitronensaft und Schalenstreifen zusammen mit Zucker und Vanillemark bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln lassen. Anschließend den Sirup mit Olivenöl verquirlen. Dressing mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Grapefruit schälen, so dass auch das weiße der Schale mit entfernt wird. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen. Geschälte Grapefruit und Tomaten in dünne Scheiben schneiden. Diese je nach Größe nochmals halbieren. Melonenschale und -kerne, soweit möglich, entfernen. Melone in mundgerechte Stücke schneiden.
- 4 Grapefruit, Tomaten und Melonen mit den Zwiebelstreifen in eine Schüssel geben. Korianderblätter abzupfen und dazugeben. Das Vanille-Zitronen-Dressing darüber gießen und alles locker miteinander mischen.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 unbehandelte Zitronen
- Mark von 2 Vanilleschoten
- 2 EL Zucker
- 4-5 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 rote Zwiebel
- 2 rosa Grapefruits
- 4 reife Tomaten
- 1/6 Wassermelone, ca. 400 g
- 1/2 Bund frischen Koriander



Knusprig gebackene Hühnchenrollen auf rahmigem Fenchel-Safran-Gemüse

- 1 Fleisch möglichst klein Würfeln und mit Salz, Pfeffer kräftig würzen. Jeweils etwas davon in die Mitte eines Frühlingsrollenblattes geben. Teig rundum dünn mit Eiweiß einpinseln, Seiten links und rechts einschlagen, dann straff aufrollen. Auf die gleiche Weise 3 weitere Rollen herstellen. Bis zur weiteren Verwendung kühl stellen.
- 2 Fenchel putzen, Fenchelgrün klein hacken und reservieren. Fenchelknollen in dünne Scheiben hobeln. Schalotten in feine Streifen, Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Fenchel, Schalotten und Knoblauch in heißem Olivenöl ohne Farbe anbraten, dabei mit Zuckern bestreuen, schmelzen lassen, mit Weißwein ablöschen und fast völlig einkochen lassen.
- 3 Mit dem Geflügelfond aufgießen, Safranfäden beigegeben, einmal aufkochen, mit Curry würzen, und mit der Sahne auffüllen. Flüssigkeit etwa um die Hälfte einkochen lassen, reserviertes Fenchelgrün untermischen.
- 4 Fleischrollen in heißem Butterschmalz in einer großen Pfanne langsam rundum goldbraun und knusprig ausbacken, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Gemüse mit Salz, Pfeffer abschmecken und mit Soße auf Teller verteilen. Röllchen halbieren und auf dem Fenchelgemüse anrichten.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g Hühnchenbrust, ohne Haut und Knochen
- Salz, Pfeffer
- 4 Frühlingsrollenblätter (Asienladen)
- 1 Eiweiß
- 2 Fenchelknollen
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Zucker
- 150 ml Weißwein, trocken
- 200 ml Geflügelfond
- 1/2 TL Safranfäden
- 1 TL Curry
- 150 ml Sahne
- 50 g Butterschmalz



Spargel-Bouillon mit Frischkäse-Parmesan-Maultaschen

- 1 Eier, Mehl, Öl und etwas Salz zu einem glatten, geschmeidigen Nudelteig kneten. Diesen in Folie wickeln und für 1 Stunde kühl stellen.
- 2 Frischkäse mit Parmesan, Limonensaft und Semmelbrösel verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Nudelteig zu einer länglichen, möglichst dünnen Bahn ausrollen. Frischkäse-Masse darauf etwa 5 mm dick streichen. Nudelteig von der Längsseite her aufrollen so dass eine lange etwa 2 cm dicke Wurst entsteht. Diese mit dem runden Stiel eines Kochlöffels, im Abstand von 3-4 cm bis unten eindrücken und mit einem Teigrad durchtrennen. Maultaschen bis zur weiteren Verwendung in das Gefrierfach geben.
- 4 Bouillon erhitzen, Spargel hinein geben und darin in etwa 6 Minuten kochen. Dann die Maultaschen zufügen und ca. 5 Minuten mitgaren.
- 5 Schinkenscheiben aufrollen und in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit Spargel und Maultaschen in tiefe Teller verteilen, heiße Bouillon darüber gießen. Nach belieben geröstete Zwiebelringe auf der Suppe verteilen und servieren.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Eier
- 200 g Mehl
- 1 EL Olivenöl
- 150 g Frischkäse
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- Saft von 1/2 Limone
- 2 EL Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer
- 700 ml kräftige Fleisch-Bouillon
- 600 g dünne weiße Spargelstangen, geschält
- 600 g dünne grüne Spargelstangen, geschält
- ca. 150 g gekochter Schinken, in Scheiben



DUFT

Basilikumduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Mai

1 2 3 4 6 7 8 9 10 11 13 14 15 16 17 18 20 21 22 23 24 25 27 28 29 30 31

1 3 4 5 6 7 8 10 11 12 13 14 15 17 18 19 20 21 22 24 25 26 27 28 29

Juni



DUFT

Apfelduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Juli

1 2 3 4 5 6 🍏 8 9 10 11 12 13 🍏 15 16 17 18 19 20 🍏 22 23 24 25 26 27 🍏 29 30 31

1 2 3 🍏 5 6 7 8 9 10 🍏 12 13 14 15 16 17 🍏 19 20 21 22 23 24 🍏 26 27 28 29 30 31

August



Knusprig gebackene Blutwurst- Wan Tans auf Apfelcreme

- 1** Äpfel schälen, entkernen und grob würfeln. Apfelstücke mit Zucker, Wein, Butter und Zitronensaft in einen Topf geben und offen bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren. Apfel-Kompott mit einem Mixstab fein pürieren. Apfelcreme in eine Schüssel umfüllen und im Kühlschrank auskühlen lassen.
- 2** Inzwischen Blutwurst klein würfeln. Teigblätter nebeneinander hinlegen, auf jedes Teigblatt etwa 1 El von der gewürfelten Blutwurst geben, Ränder mit Eigelb einpinseln. Teigblätter zu Dreiecke überklappen, Ränder fest zusammen drücken.
- 3** Schalotten klein würfeln und in 1 El heißem Walnuss-Öl anschwitzen. Mit Essig und Brühe ablöschen, vom Herd ziehen, abkühlen lassen. Restliches Walnussöl und Honig unterrühren und mit Salz, Pfeffer abschmecken. Salat mit der Vinaigrette anmachen.
- 4** Apfelcreme und Salat auf Teller verteilen. Wan-Tans in heißem Öl von beiden Seiten knusprig und goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und auf der Apfelcreme anrichten.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- | | |
|--|--|
| 4 Äpfel | 2-3 El Gemüse oder Geflügel-Brühe |
| 80 g Zucker | 1 El Honig |
| 200 ml Weißwein | Salz, Pfeffer |
| 75 g Butter | 100 g gemischte Blattsalate, geputzt und gewaschen |
| Saft von ½ Zitrone | ca. 300 ml Pflanzen-Öl zum Frittieren |
| 250 g Blutwurst bzw. Schwarzwurst, ohne Haut | |
| 8 Wan-Tan-Blätter | |
| 1 Eigelb | |
| 2 Schalotten | |
| 4 El Walnussöl | |
| 1 El Apfel-Essig | |



Gedämpfte Seezungenröllchen mit Süß-scharfer Apfel-Curry-Soße

- 1** Chilischote der Länge nach halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Apfelsaft mit Curry und Chilistreifen auf 200 ml einkochen lassen. Reduktion mit etwas Stärke leicht binden, vom Herd nehmen, dann Stückchenweise die kalte Butter unterrühren. Soße mit Salz und einem Spritzer Limonensaft abschmecken und warm halten.
- 2** Seezungenfilets waschen, trocken tupfen und mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Fischfilets aufrollen und mit einem Spieß feststecken. Röllchen nebeneinander in einen gebutterten Dämpfeinsatz legen und diesen auf einen passenden Topf mit leicht köchelndem Wasser setzen. Fischröllchen zugedeckt etwa 10 Minuten dämpfen.
- 3** Inzwischen Schalotten fein würfeln, Knoblauch in möglichst dünne Scheiben schneiden. Beides zusammen in 2 El Olivenöl anbraten. Spinat zufügen und zusammenfallen lassen. Topf vom Herd nehmen, Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und auf Teller verteilen.
- 4** Gedämpfte Seezungenröllchen auf dem Spinat anrichten, Soße über die Fischröllchen und das Gemüse verteilen. Dazu passt als Beilage am besten Reis.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kleine rote Chilischote
- 500 ml Apfelsaft
- 2 Tl scharfes Curry-Pulver
- 1 Tl Stärke, mit etwas kaltem Wasser verrührt
- 100 g kalte Butter
- Saft von etwa ½ Limone
- 2 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g junger Spinat, geputzt und gewaschen
- 2 El Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 12 kleine Seezungenfilets à ca. 40 g
- Saft von 1 Zitrone



Asiatische Nudelsuppe mit Gemüse und Garnelen

- 1** Chili halbieren, Kerne entfernen, Hälften in feine Streifen schneiden. Ingwer schälen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Frühlingslauch in Ringe schneiden. Paprika halbieren und entkernen. Hälften in schmale Streifen schneiden. Zuckerschoten diagonal halbieren.
- 2** Chili und Ingwer in heißem Sesamöl anschwitzen, Brühe dazu gießen. Paprikastreifen und halbierte Zuckerschoten in die Brühe geben und bei schwacher Hitze etwa 5 Minuten darin garen. Dann die Garnelen zufügen und weitere 4 Minuten mitgaren.
- 3** Garnelen und Gemüse aus der Brühe nehmen, Nudeln hinein geben und in der Brühe bissfest garen. Gemüse mit Garnelenschwänzen und Nudeln in tiefe Tassen verteilen. Brühe mit Sojasoße abschmecken, über Gemüse, Nudeln und Garnelen in die Tassen schöpfen und mit Frühlingslauch bestreuen. Nach belieben mit etwas frisch gezupftem Koriander garnieren.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 rote Chilischote
- 25 g Ingwer
- 2 Stangen Frühlingslauch
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 150 g Zuckerschoten
- 2 El Sesamöl
- 600 ml kräftige Geflügelbrühe
- 8 Riesengarnelenschwänze, ohne Schale und Darm
- 100 g breite asiatische Eiernudeln
- ca. 2-3 El Sojasoße zum abschmecken
- frischer Koriander zum garnieren



DUFT

Apfelduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

Juli
1 2 3 4 5 6 8 9 10 11 12 13 15 16 17 18 19 20 22 23 24 25 26 27 29 30 31

1 2 3 5 6 7 8 9 10 12 13 14 15 16 17 19 20 21 22 23 24 26 27 28 29 30 31

August



DUFT
Rosmarinduft
reiben & riechen
Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt
REZEPTE

Reiben und an den Fingern riechen!

September

🌿 2 3 4 5 6 7 🌿 9 10 11 12 13 14 🌿 16 17 18 19 20 21 🌿 23 24 25 26 27 28 🌿 30

1 2 3 4 5 🌿 7 8 9 10 11 12 🌿 14 15 16 17 18 19 🌿 21 22 23 24 25 26 🌿 28 29 30 31

Oktober



Würzige Bouillon mit Entenbrust und getrüffelten Kartoffel-Maultaschen

- 1 Eier, Mehl, Öl und etwas Salz zu einem glatten, geschmeidigen Nudelteig kneten, in Folie wickeln und für 1 Stunde kühl stellen.
- 2 Den Einen Trüffel fein hacken, den anderen in dünne Scheiben hobeln. Kartoffeln mit einer Gabel fein zerdrücken und mit Trüffelöl und gehackten Trüffel vermischen. Masse mit Salz, Pfeffer würzig abschmecken.
- 3 Nudelteig zu einer länglichen, möglichst dünnen Bahn ausrollen. Kartoffel-Masse darauf etwa 5 mm dick streichen. Nudelteig von der Längsseite her aufrollen so dass eine lange etwa 2 cm dicke Wurst entsteht. Diese mit dem runden Stiel eines Kochlöffels, im Abstand von 3-4 cm bis unten eindrücken und mit einem Teigrad durchtrennen.
- 4 Bouillon aufkochen, Trüffelscheiben mit den Maultaschen hinein geben und darin 4-5 Minuten garen.
- 5 Entenbrust zusammen mit Maultaschen in tiefe Teller verteilen, Bouillon darüber gießen. Suppe mit fein geschnittenem Frühlingslauch bestreuen und servieren.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Eier
- 200 g Mehl
- 1 EL Olivenöl
- 2 schwarzer Trüffel, ca. 30 g
- 400 g Kartoffeln, weich gekocht und geschält
- 2-3 El Trüffelöl
- Salz, Pfeffer
- 1 El Speiseöl
- 750 ml kräftige Geflügel-Bouillon
- 100 g geräucherte Entenbrust, in dünne Scheiben geschnitten
- 2 Stangen Frühlingslauch



Kalbsfilet mit geschmorten Orangen-Möhren und Gnocchi

- 1 Möhren putzen, schälen und in heißem Olivenöl andünsten, dabei mit Salz, Pfeffer würzen. Alles mit Zucker bestreuen, diesen leicht karamellisieren lassen, dann mit Orangenschale und -saft ablöschen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15-20 Minuten schmoren. Geschmorte Möhren herausnehmen, in Stücke schneiden. Schmorsud auf 1/3 einkochen lassen, kalte Butter unterrühren, Möhren untermischen. Warm halten.
- 2 Ofen auf 150 C° vorheizen. Kalbsfilet mit Salz, Pfeffer würzen und rundum in heißem Öl anbraten. Fleisch aus der Pfanne nehmen und für etwa 15 Minuten in den Ofen geben. Bratensatz mit Weißwein lösen und mit Fond und Sahne auffüllen. Soße etwas einkochen, dann Parmesan unterrühren und schmelzen lassen. Gnocchi untermischen.
- 3 Fleisch aus dem Ofen nehmen, etwas ruhen lassen, in Scheiben schneiden und mit Möhren und rahmigen Gnocchi servieren. Nach belieben geröstete Brotkrümel darüber streuen.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4-6 Portionen:

- Für die Möhren:**
- 700 g junge Möhren
 - 2 El Olivenöl
 - 1 EL Zucker
 - Schale und Saft von 3 Orangen
 - 50 g kalte Butter
- Für das Fleisch:**
- 600 g Kalbsfilet, ohne Haut und Sehnen
 - 100 ml Weißwein
 - 200 ml Kalbsfond
 - 100 ml Sahne
 - 30 g frisch geriebener Parmesan
 - ca. 300 g Gnocchi, Fertigprodukt aus dem Kühlregal



Gebratener Zander auf Paprika-Kraut mit Rieslingschaum

- 1 Zwiebel in heißem Schmalz anschwitzen. Mit Zucker bestreuen, Zwiebeln etwas karamellisieren. Kraut zufügen und mit anschwitzen. Paprikapulver untermischen. Paprikamark und Brühe dazu gießen, fein geriebene Kartoffel unterrühren, Kraut unter gelegentlichem umrühren bei mittlerer Hitze etwa 15-20 Minuten köcheln lassen.
- 2 Schalotten in 1 El Öl anschwitzen. Mit Riesling ablöschen, Fischfond und Sahne zugießen und alles offen um die Hälfte einkochen lassen. Soße mit Salz, Pfeffer würzen.
- 3 Zanderfilet in 4 Stücke teilen, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und in Mehl wenden. Fisch im restlichen Öl zusammen in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite etwa 5 Minuten braten. Danach die Fischstücke wenden, auf der anderen Seite eine weitere Minute braten, dann Pfanne vom Herd ziehen. Fisch im 100 C° heißen Ofen warm halten.
- 4 Paprika-Kraut mit Salz, Pfeffer abschmecken und mit dem gebratenen Zander anrichten. Butter und geschlagene Sahne zur Riesling-Soße geben, schaumig mixen und um das Kraut verteilen.

EINKAUFSZETTEL

Zutaten für 4 Portionen:

- Für das Kraut:**
- 1 Zwiebel, in feine Streifen geschnitten
 - 2 El Schmalz
 - 2 El Zucker
 - 400 g Sauerkraut
 - 4 El Paprikamark
 - 400 ml Gemüsebrühe
 - 1 El Paprikapulver, edelsüß
 - 1 Tl Paprikapulver, Rosenscharf
 - 1 kleine Kartoffel
- Für Fisch und Soße:**
- 2 Schalotten, fein gewürfelt
 - 3 El Rapsöl
 - 150 ml Riesling
 - 400 ml Fischfond
 - 150 ml Sahne
 - 600 g Zanderfilet, mit Haut ohne Gräten
 - Salz, Pfeffer
 - Saft von 1 Zitrone
 - 50 g Butter
 - 2 El geschlagene Sahne



DUFT

Rosmarinduft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

September

2 3 4 5 6 7 9 10 11 12 13 14 16 17 18 19 20 21 23 24 25 26 27 28 30

1 2 3 4 5 7 8 9 10 11 12 14 15 16 17 18 19 21 22 23 24 25 26 28 29 30 31

Oktober



DUFT

ZimDuft
Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

November

1 2 🍊 4 5 6 7 8 9 🍊 11 12 13 14 15 16 🍊 18 19 20 23 22 23 🍊 25 26 27 28 29 30

🍊 2 3 4 5 6 7 🍊 9 10 11 12 13 14 🍊 16 17 18 19 20 21 🍊 23 24 25 26 27 28 🍊 30 31

Dezember



Karotten- Kokos-Suppe mit Curry

- 1 Karotten putzen, schälen und in dünne Scheiben schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln. Beides zusammen mit Curry in zerlassener Butter anschwitzen. Zucker darüber streuen und leicht karamellisieren lassen. Brühe und Kokosmilch dazu gießen, Suppe bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen.
- 2 Suppe mit einem Pürierstab oder in einem Mixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer, Limonensaft würzig abschmecken.
- 3 Heiße Suppe in Tassen oder tiefe Teller schöpfen. Creme fraiche etwas glatt rühren und mit gerösteten Kokosraspel darauf verteilen.

Zutaten für 4 Portionen:

EINKAUFSZETTEL

- 400 g junge Karotten
- 25 g frischer Ingwer
- 1 El Curry
- 30 g Butter
- 1 El Zucker
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 ml ungesüßte Kokosmilch
- Salz, Pfeffer
- Saft von ½ Limone
- 75 g Creme fraiche
- 2-3 El geröstete Kokosraspel



Entenbrust mit Maronenkruste, karamellisiertem Apfel und Rotkraut

- 1 Rotkraut mit Essig, Honig und Rotwein kräftig durchkneten und ca. 4 Stunden stehen lassen.
- 2 Zwiebeln im Butterschmalz glasig dünsten, mit Zucker bestreuen und leicht karamellisieren lassen. Rotkraut samt Marinade und Gewürzen zugeben und bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 1 Std. schmoren. Anschließend mit etwas Speisestärke binden, abschmecken und warm halten.
- 3 Toastbrot mit Maronen in einer Küchenmaschine fein mahlen. Butter mit Maronen-Toastbrot-Mischung verrühren und mit Salz, Pfeffer würzen.
- 4 Ofen auf 150 C° vorheizen. Entenbrüste würzen und in heißem Butterschmalz von beiden Seiten anbraten. Brüste auf ein Backblech geben und im heißen Ofen ca. 6-8 Minuten garen. Bratensatz mit Madeira ablöschen, Brühe dazugießen und etwas einkochen lassen. Soße abschmecken und mit etwas kalter Butter binden. Backofengrill einschalten. Entenbrüste dick mit Maronenmasse bestreichen und unter dem Backofengrill goldbraun überbacken. Dann in Stücke schneiden und mit Rotkraut und etwas Jus servieren. Dazu passen sehr gut in Butter gebratene und mit etwas Zucker karamellierte Apfelscheiben.

Zutaten für 4 Portionen:

EINKAUFSZETTEL

- 800 g Rotkraut, in feine Streifen gehobelt
- 2-3 El Rotweinessig
- 1 TL Honig
- 250 ml Rotwein
- Salz, Pfeffer
- 2 rote Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- 2 TL Zucker
- 2-3 Nelken
- 2 Zimtstangen
- 4 Wacholderbeeren
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Speisestärke, mit etwas kaltem Wasser angerührt
- 1 Scheibe Toastbrot, gewürfelt
- 150 g Maronen, gegart
- 100 g weiche Butter
- 3 Entenbrüste, ohne Haut, á ca. 150 g
- 30 g Butterschmalz
- 100 ml Madeira
- 250 ml kräftige Geflügelbrühe (am besten wäre Entenbrühe)



Mocca-Nuss- Biskuits

- 1 Sahne mit Moccapulver aufkochen, Schokolade zugeben und darin auflösen. Creme im Kühlschrank erkalten lassen.
- 2 Inzwischen Butter mit Vanille und Zucker cremig schlagen. Eigelb unterrühren. Mehl, Haselnüsse, Kakao und Backpulver unter die Buttercreme rühren.
- 3 Ofen auf 160 C° vorheizen. Aus dem Teig mit den Händen etwa 40-50 kleine Kugeln drehen, diese nebeneinander auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und etwas flach drücken. Biskuits im Ofen etwa 8-10 Minuten backen. Anschließend erkalten lassen.
- 4 Mokka-Schokoladen-Sahne mit einem Handrührgerät cremig aufschlagen, in einen Spritzbeutel mit kleiner Sterntülle umfüllen und auf die Hälfte der Biskuits verteilen. Restliche Biskuits darauf setzen.

Zutaten für ca. 20-25 Stück:

EINKAUFSZETTEL

- 100 ml Sahne
- 2-3 TL Instant Moccapulver
- 100 g Vollmilch-Schokolade, gehackt
- 100 g Zartbitter-Schokolade, gehackt
- 75 g weiche Butter
- Mark von 1 Vanilleschote
- 100 g Zucker
- 1 Eigelb
- 75 g Mehl
- 50 g gemahlene Haselnüsse
- 1 El Kakao
- ½ TL Backpulver



DUFT

ZimDuft

Reiben und an den Fingern riechen!

reiben & riechen

Kochrezepte
unter dem Duft-Bildblatt

REZEPTE

November

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Dezember

www.foodandwine.ch

Heraustrennbare Rezepte und die
Les fiches recettes et la boîte de
rangement détachables :
une idée de
Food & Wine AG für Lebenskultur
Food & Wine AG für Lebenskultur

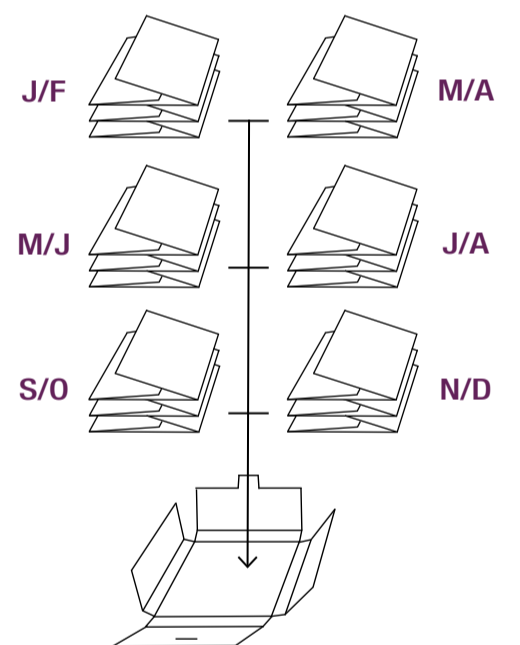
Rezepte aus dem Duftkalender 2024

Les recettes du calendrier parfumé 2024



Rezepte aus dem Duftkalender 2024
Les recettes du calendrier parfumé 2024

Rezepte aus dem Duftkalender 2024
Les recettes du calendrier parfumé 2024



Impressum



Konzept:
Manfred Burth
Food & Wine
AG für Lebenskultur
Luzernerstrasse 19
CH-6204 Sempach
Tel. +41 (0)41 340 47 16
Fax +41 (0)41 340 47 18
www.foodandwine.ch

Grafische Gestaltung & Idee:
Manfred Burth, Food & Wine
AG für Lebenskultur /
R. Landgrebe, www.colorland.de

Fotografie:
Michael Wissing BFF Fotodesigner
www.michael-wissing.de

Rezepte:
Andreas Neubauer jun., Seligenstadt

Druck, Verarbeitung:
www.burger-druck.de

Übersetzung: Laure Werler

Concept :
Manfred Burth
Food & Wine
AG für Lebenskultur
Luzernerstrasse 19
CH-6204 Sempach
Tel. +41 (0)41 340 47 16
Fax +41 (0)41 340 47 18
www.foodandwine.ch

Conception graphique & idée :
Manfred Burth, Food & Wine
AG für Lebenskultur /
R. Landgrebe, www.colorland.de

Photographie
Michael Wissing BFF Fotodesigner
www.michael-wissing.de

Recettes
Andreas Neubauer jun., Seligenstadt

Réalisation et impression :
www.burger-druck.de

raductions : Laure Werler

Copyright

© Food & Wine AG für Lebenskultur
Luzernerstrasse 19, CH-6204 Sempach

© Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zur Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere in der Übersetzung, des Nachdrucks, der Entnahme von Abbildungen, der Funksendung, der Wiedergabe auf photomechanischem oder anderem Weg und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten.

© Food & Wine AG für Lebenskultur
Luzernerstrasse 19, CH-6204 Sempach

© La mention, dans cette œuvre, de noms d'usage, d'appellations courantes, de noms commerciaux, etc., même sans référence particulière, ne constitue pas une utilisation en tant que marque déposée ou propriété intellectuelle, et ne saurait être considérée ou reproduite comme telle par un tiers. Tous droits réservés. Toute forme de reproduction, traduction, retransmission, édition, duplication ou sauvegarde, partielle ou totale, photographique, électronique ou autre, du texte ou des illustrations, est soumise à autorisation.

Duftkalender 2024 • calendrier parfumé 2024