

PIA WESTERMANN

The background features a stylized fast-food theme. On the left, a red pizza slice with pepperoni toppings is partially visible. On the right, a large, golden-brown burger with a sesame seed bun, green lettuce, and a red tomato slice is shown. Above the burger, several golden french fries are scattered. The entire scene is set against a light brown, textured background.

# FAST FOOD AT HOME

CURRYWURST, BURGER & CO. MIT LIEBE SELBST GEMACHT

**G|U**



## DIE GU-QUALITÄTS- GARANTIE

Wir möchten Ihnen mit den Informationen und Anregungen in diesem Buch das Leben erleichtern und Sie inspirieren, Neues auszuprobieren. Bei jedem unserer Bücher achten wir auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt, Optik und Ausstattung. Alle Rezepte und Informationen werden von unseren Autoren gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren sorgfältig ausgewählt und mehrfach geprüft. Deshalb bieten wir Ihnen eine 100%ige Qualitätsgarantie.

### **Darauf können Sie sich verlassen:**

Wir legen Wert darauf, dass unsere Kochbücher zuverlässig und inspirierend zugleich sind.

Wir garantieren:

- dreifach getestete Rezepte
- sicheres Gelingen durch Schritt-für-Schritt-Anleitungen und viele nützliche Tipps
- eine authentische Rezept-Fotografie

### **Wir möchten für Sie immer besser werden:**

Sollten wir mit diesem Buch Ihre Erwartungen nicht erfüllen, lassen Sie es uns bitte wissen! Nehmen Sie einfach Kontakt zu unserem Leserservice auf. Sie erhalten von uns kostenlos einen Ratgeber zum gleichen oder ähnlichen Thema. Die Kontaktdaten unseres Leserservice finden Sie am Ende dieses Buches.

GRÄFE UND UNZER VERLAG

*Der erste Ratgeberverlag – seit 1722.*

KV



# INHALT



**VORWORT** 7  
**BURGER BUNS** 10  
**HAMBURGER** 12  
**CHEESEBURGER** 14  
**SWEET CHILISAUCE** 16  
**BBQ-SAUCE** 17  
**VEGGIE-BURGER** 18  
**HOTDOG** 20  
**ROASTBEEF-SANDWICH** 23  
**BAGEL** 24  
**FORELLEN-BAGEL** 24  
**ONION RINGS** 28  
**GEBACKENER CAMEMBERT** 30  
**CHICKEN WINGS** 33  
**FISH & MUSHY PEAS** 34  
**FRITTIERTE TINTENFISCHRINGE** 36  
**POTATO WEDGES** 40  
**POMMES FRITES** 42  
**MAYONNAISE** 44  
**KETCHUP** 45  
**COUSCOUS-KRAUT-KUMPIR** 46  
**KARTOFFELPUFFER MIT MUS** 48  
**CURRYWURST** 52  
**SCHNITZELBRÖTCHEN** 55  
**KRÄUTER-FRIKADELLEN** 56  
**FISCHBRÖTCHEN** 58  
**KRÄUTER-BRATHÄHNCHEN** 60  
**ERBSENSUPPE** 63  
**KRAUT-SCHUPFNUDELN** 64  
**PIZZA MARGHERITA** 68  
**VEGGIE-PIZZA-PRIMAVERA** 70  
**CALZONE** 73  
**LASAGNE** 74  
**KÜRBIS-SPECK-FLAMMKUCHEN** 76  
**ZWIEBELKUCHEN** 78  
**PIROSCHKI** 80

**LANGOS** 82  
**BOHNEN-TOSTADAS** 86  
**BRATEN-TACOS** 89  
**NACHOS MIT DIPS** 90  
**WAN-TAN-SUPPE** 94  
**PHO BO** 97  
**GLASNUDELSUPPE** 98  
**FISCH-LAKSA** 100  
**HÄHNCHEN-KOKOSSUPPE** 102  
**PAD THAI** 106  
**CHOW MEIN** 108  
**NASI GORENG** 111  
**YAKI UDON** 112  
**TEMPURA** 114  
**HÄHNCHEN-SATÉ-SPIESSE** 117  
**ASIA-SPARERIBS** 118  
**VEGETARISCHE SUSHI** 120  
**FRÜHLINGSROLLEN** 122  
**FALAFELN** 126  
**RINDFLEISCHSPIESSE** 128  
**DÖNER KEBAB MIT KRAUT** 131  
**BÖREK MIT FETA** 132  
**LAMMFLEISCH-LAHMACUN** 134  
**SCHAFSKÄSE-SPINAT-PIDE** 137  
**SAMOSAS** 138  
**CALVADOS-APFELTASCHEN** 142  
**ZIMTSCHNECKEN** 144  
**DONUTS** 147  
**BLUEBERRY-CHEESECAKE** 148  
**BANANA BREAD** 150  
**POWER-SMOOTHIE** 152  
**MOCCA-EISKAFFEE** 152  
**HOMEMADE LEMONADE** 154  
**REGISTER** 156  
**IMPRESSUM** 160

# AMERICAN HOTDOG

**DER TRAUM JEDES WÜRSTCHENS? EINMAL HOT-DOG SEIN! ABER BITTE NUR AUF DIESE ART: WEICH GEBETTET AUF EINEM BRÖTCHEN, GECREMT MIT SAMTIGER MAYO. DAZU EIN KNACKIGER SIDEKICK: MR. COLESLAW? WIE NETT, SIE KENNEZULERNEN!**



**FÜR 4 PERSONEN**

## **FÜR DIE SENFSAUCE (CA. 200 ML)**

1 Bund Dill | 100 g grober Senf  
100 g cremiger Honig  
2 EL Olivenöl | Salz

## **FÜR DEN SELLERIE-MÖHREN-SALAT**

300 g Knollensellerie  
1 Möhre | 1 EL Zitronensaft  
3 EL Mayonnaise (fertig gekauft  
oder selbst gemacht, S. 44)  
2 EL Crème fraîche | Salz

## **FÜR DIE RÖSTZWIEBELN**

2 Zwiebeln | 3 EL Mehl  
1 EL edelsüßes Paprikapulver  
200 ml neutrales Pflanzenöl | Salz

## **AUSSERDEM**

3 Stängel glatte Petersilie  
4 Brühwürstchen (z. B. Wiener, Frankfurter)  
4 Hot-Dog-Brötchen

**ZUBEREITUNGSZEIT: 40 MIN.**

**PRO PORTION: CA. 765 KCAL**

**1** Für die Sauce Dill abbrausen und trocken schütteln, die Spitzen abzupfen und fein hacken. Senf und Honig glatt verrühren, das Olivenöl unterschlagen, den Dill untermischen. Die Sauce salzen und kalt stellen.

**2** Für den Salat den Sellerie und die Möhre schälen. Beides erst in möglichst dünne Scheiben, dann in sehr feine Stifte schneiden. Mit dem Zitronensaft mischen. Mayonnaise und Crème fraîche verrühren, unter die Gemüsestifte mischen. Salat mit Salz würzen.

**3** Die Zwiebeln schälen und in 3–4 mm dicke Ringe hobeln. Mehl mit Paprikapulver mischen, die Zwiebelringe darin wälzen. Öl in einer Pfanne erhitzen. Nach und nach überschüssiges Mehl von den Zwiebeln abschütteln und die Zwiebeln portionsweise im Öl bei mittlerer Hitze in 3–4 Min. goldbraun braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen, salzen. Die Pfanne kurz vom Herd nehmen.

**4** Die Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und trocken tupfen. Die Pfanne wieder auf den Herd stellen, Petersilienblätter in dem Zwiebel Fett in 20–30 Sek. knusprig braten. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**5** In einem Topf Wasser aufkochen. Topf vom Herd nehmen und die Würstchen ins Wasser geben, Deckel leicht schräg auflegen. Würstchen in 5–10 Min. heiß werden lassen. Die Brötchen nacheinander auf einem Toaster erhitzen, in einem Küchentuch warm halten.

**6** Die Brötchen längs ein-, aber nicht ganz durchschneiden, aufklappen. Mit Salat und jeweils 1 gut abgetropften Würstchen füllen. Darauf etwas Senfsauce, Zwiebelringe und Petersilie geben.



WOODSTOCK  
ORGANIC DIJON  
MUSTARD

MUSTARD WITH  
100% REAL  
ALL-NATURAL

Läch

Fein  
Tafel





.....

**BUDENZAUBER – MAL EBEN AUF DIE SCHNELLE EINEN HAPPEN  
NEHMEN. IN DIE WURST BEISSEN. SENF ABSCHLECKEN. IN DIE SONNE  
BLINZELN. VON NEBENAN WEHT CURRYDUFT. DER TYP AM STEHTISCH  
LÄCHELT. UND DIE BUDENFRAU BRUTZELT BULETTEN. UND BEI REGEN?  
ZU HAUSE DIE PFANNE SCHWENKEN, DEN NETTEN TYP EINLADEN  
UND EINE BULETTEN-PARTY SCHMEISSEN!**

.....

# DIE GUTE ALTE CURRYWURST

**ALTE FREUNDE SIND HALT UNERSETZLICH!  
SIE PEPPEN UNS AUF, WENN WIR UNS DOWN  
FÜHLEN. SIND FIX ZUR STELLE, WENN UNS  
WAS FEHLT. UND DAS TOLLE: SIE ZEIGEN BISS,  
WENN'S DRAUF ANKOMMT.**



## FÜR 4 PERSONEN

- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 2 EL scharfes Currypulver
- 100 g Tomatenmark
- 1 Dose passierte Tomaten (400 g)
- ¼ l Ananassaft
- 3 EL Weißweinessig
- 1 Sternanis
- 1 Nelke
- 1 Lorbeerblatt
- 4 leicht geräucherte, gepökelte Brühwürste  
(nach Belieben nur mit Schweinefleisch oder  
mit Rindfleischanteil)
- Salz

## AUSSERDEM

Weißbrot zum Servieren

**ZUBEREITUNGSZEIT: 20 MIN.**

**PRO PORTION: CA. 545 KCAL**

**1** Für die Sauce den Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. In einem breiten Topf 1 EL Öl erhitzen und den Knoblauch darin kurz anbraten, aber nicht braun werden lassen. Das Currypulver und Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten.

**2** Dann die passierten Tomaten, den Ananassaft, den Essig und die Gewürze mit in den Topf geben. Alles aufkochen und offen bei mittlerer Hitze in ca. 8 Min. sämig einkochen, dabei ab und zu umrühren.

**3** Inzwischen restliches Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Darin die Brühwürste rundherum bei mittlerer bis starker Hitze in 5–8 Min. kräftig braun braten. Dann in der Pfanne warm halten.

**4** Sternanis, Nelke und Lorbeerblatt aus der Sauce nehmen, die Sauce mit Salz würzen. Die Würste auf vier Teller geben und in dicke Scheiben schneiden, die Sauce darüber verteilen. Gleich mit Brot servieren.

## TIPP

**Wenn der Fastfood-Heißhunger so richtig groß ist, gibt's zur Currywurst natürlich herrlich knusprige Pommes frites anstatt einfach nur Weißbrot. Wie Sie die goldbraunen Kartoffelstäbchen selber machen? Einfach S. 42 aufschlagen!**

**Ein wahres Highlight für jeden echten Fan: Bei [www.currywurst-berlin.com](http://www.currywurst-berlin.com) kann man nicht nur verschiedene Würste mit und ohne Pelle bestellen, sondern auch fertige Saucen, Currypulver, Bier und Zubehör für die Zubereitung.**



# SÜSSSAURE PAD THAI

**THAI-FASTFOOD MIT EINEM GOODIE OBENDRAUF.  
DENN BRATNUDELN SIND ANTI-STRESS-NUDELN.  
SCHON WENN SIE IN DER PFANNE RÖSTEN UND  
GOLDBRAUN WERDEN: DAS REINSTE VERGNÜGEN.  
DAZU FRISCHE KRÄUTER: EIN SEELENSCHMAUS  
FÜR AUGEN UND GAUMEN!**



## FÜR 4 PERSONEN

250 g Reisbandnudeln  
250 g fester Tofu  
3 Frühlingszwiebeln  
100 g Mungobohnensprossen  
3 Knoblauchzehen  
50 g gesalzene, geröstete Erdnüsse  
1 Bund Koriandergrün  
2–3 große, saftige Limetten  
4 Eier (Größe M)  
5 EL neutrales Pflanzenöl  
60 ml Fischsauce  
2 EL Rohrzucker  
Salz

## AUSSERDEM

Fischsauce und süßscharfe Chilisauc  
(fertig gekauft oder selbst gemacht, S. 16)  
zum Servieren

**ZUBEREITUNGSZEIT: 40 MIN.**

**PRO PORTION: CA. 610 KCAL**

**1** Die Nudeln nach Packungsanweisung einweichen, dann in ein Sieb abgießen. Den Tofu in ca. 1 cm große Würfel schneiden.

**2** Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Sprossen waschen und gut abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und grob hacken, die Erdnüsse ebenfalls grob hacken. Den Koriander abbrausen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen. 1 Limette vierteln, die restlichen Limetten auspressen (es sollten 60 ml Saft werden). Die Eier in einer kleinen Schüssel verquirlen.

**3** Einen Wok auf dem Herd stark erhitzen, dann 2 EL Öl hineingeben und durchschwenken. Tofu darin rundherum in ca. 3 Min. hellbraun braten, herausnehmen und auf einen Teller geben. 1 weiteren EL Öl in den Wok geben. Verquirltes Ei dazugeben und stocken lassen, nach ½ Min. wenden und nochmals ½ Min. braten. Mit dem Pfannenwender in Stücke teilen und zum Tofu geben. Wok mit Küchenpapier gründlich auswischen.

**4** Das übrige Öl im Wok erhitzen. Die Nudeln, den Knoblauch und die Sprossen dazugeben und ca. 1 Min. bei starker Hitze braten. Limettensaft, Fischsauce und Zucker unterrühren und alles ca. 4 Min. unter Rühren weiterbraten. Die Hälfte der Erdnüsse und Frühlingszwiebeln mit dem Tofu und dem Ei unterrühren, kurz erhitzen. Mit Salz würzen.

**5** Die Pad Thai auf Tellern anrichten und mit den restlichen Frühlingszwiebeln und Erdnüssen bestreuen. Mit dem Koriander garnieren. Mit den Limettenvierteln, Fisch- und Chilisauc servieren.





Hamburger, Döner, Currywurst – jeder kennt sie, jeder liebt sie und jeder isst sie. So richtig lecker aber schmecken sie nur, wenn sie mit guten Zutaten und viel Liebe zubereitet werden. **WO ES DAS GIBT? NATÜRLICH IN DER IMBISSBUDE ZU HAUSE!** Für was Leckeres auf die Hand muss also niemand mehr auf die Straße: Mit über 60 internationalen Lieblingsrezepten von Falafeln über Fish'n'Chips bis Tex-Mex-Tacos kommt die ganze Fastfood-Welt jetzt in die eigenen vier Wände! Und war noch nie sooo gut!



WG 455 Themenkochbücher  
ISBN 978-3-8338-4038-8



9 783833 840388



PEFC  
PEFC/04-32-0928

€ 19,99 [D]  
€ 20,60 [A]

[www.gu.de](http://www.gu.de)

**G|U**