

# Bibi & Tina

Kochen und backen  
mit den besten Freundinnen



GRÄFE  
UND  
UNZER

Vorwort 05  
Frau Martins Küchentipps 06

---



Frühstück mit Frau Martin 11

Picknick am See 33



Party in der Scheune 55

Lieblingsgerichte auf dem Martinshof 77



Zu Besuch auf Schloss Falkenstein 107

Süße Hexerei 131



---

Die Pferde 154  
Behind the Scenes 156  
Register 158  
Impressum 160



# SMOOTHIE-BOWL MIT HIMBEEREN UND MANGO

So ein Smoothie zum Löffeln steckt voller gesunder Vitamine, macht lange satt und sieht auch noch super aus. Kann man noch besser in den Tag starten?

300 g Mango

200 g Himbeeren

500 ml Milch

100 g Kürbiskerne

100 g Granola (Fertigprodukt oder selbst gemacht; siehe S. 16)

**Außerdem:**  
Standmixer

**1** Die Mango schälen und das Fruchtfleisch erst vom Stein, dann in Stücke schneiden. Die Mangostücke in den Standmixer geben.

**2** Die Himbeeren vorsichtig waschen und abtropfen lassen. 160 g davon zu den Mangostücken in den Mixer geben. Die Milch und 80 g Kürbiskerne hinzufügen und die Früchte gut durchmischen, bis alle Stücke zerkleinert sind und der Smoothie dickcremig ist.

**3** Den Smoothie auf vier kleine Schüsseln verteilen, dann mit den restlichen Himbeeren, den restlichen Kürbiskernen und dem Granola bestreuen. Sofort servieren.

Für 4 Personen  
Zubereitung: 20 Min.

-----  
Pro Portion:  
ca. 375 kcal



**Bibis Tipp**

Wenn man TK-Mango verwendet, schmeckt die Bowl im Sommer supererfrischend.

# KUNTERBUNTER QUINOA-SALAT

Dieser fruchtige Salat kann ruhig ein bisschen durchziehen, deshalb ist er ideal für Partys. Und weil er außerdem gut sättigt, haben alle genug Power zum Tanzen und Toben.

## **Für den Salat**

80 g rote Quinoa

150 g gemischte Salatblätter

½ orangefarbene Paprika

½ rote Zwiebel

1 Avocado

½ Mango

5 Stängel Koriandergrün

80 g Mais (aus der Dose)

150 g gekochte schwarze Bohnen (aus der Dose)

## **Für das Dressing**

1 Limette

2 Orangen

½ Avocado

½ Knoblauchzehe

3 Stängel Koriandergrün

1 EL Agavendicksaft

4 EL Olivenöl

gemahlener Kreuzkümmel

Cayennepfeffer

Salz

## **Außerdem**

Standmixer

**1** Für den Salat die Quinoa gut unter heißem Wasser abspülen und mit 240 ml Wasser in einen Topf geben. Etwa 15 Min. köcheln lassen, bis die Quinoa das Wasser aufgesogen und eine lockere Konsistenz hat. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

**2** Inzwischen die Salatblätter waschen, trocken schleudern, kleiner zupfen und eine große Schüssel damit auslegen. Die Paprikahälfte waschen, weiße Trennwände und Kerne entfernen, die Paprika in Streifen schneiden. Die Zwiebelhälfte schälen und würfeln. Die Avocado halbieren, entkernen, schälen und in Scheiben schneiden.

**3** Die Mangohälfte schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und klein würfeln. Den Koriander waschen, trocken tupfen und die Blätter hacken.

**4** Für das Dressing die Limette und die Orangen halbieren, auspressen und den Saft in den Standmixer geben. Die Avocadohälfte entkernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen, ebenfalls in den Standmixer geben. Die halbe Knoblauchzehe schälen, den Koriander waschen und trocken tupfen, beides grob hacken und hinzufügen. Agavendicksaft, Olivenöl, je 1 Prise Kreuzkümmel und Cayennepfeffer, etwas Salz und 2 EL Wasser dazugeben. Alles zu einem cremigen Dressing mixen.

**5** Die Quinoa, die einzelnen Gemüse und die Mango dekorativ auf den Salatblättern verteilen. Den Mais und die Bohnen abtropfen lassen und hinzufügen. Das Dressing gleichmäßig über alle Zutaten träufeln. Den Salat mit dem gehackten Koriander bestreuen und servieren.

Für 4 Personen  
Zubereitung: 45 Min.

-----  
Pro Portion:  
ca. 465 kcal



Ich heiße

**KATHARINA HIRSCHBERG**



ICH SPIELE DIE ROLLE: Bibi Blocksberg

MEIN STERNZEICHEN: Waage

MEIN LIEBLINGSGERICHT:  
asiatische Nudelsuppe

DAS ESSE ICH GAR NICHT GERN:  
Mayonnaise

DAS ERSTE, WAS ICH SELBST GEKOCHT  
ODER GEBACKEN HABE: Pfannkuchen

## Vier Fragen an Katharina

*Was war dein größtes Missgeschick beim Kochen, Backen oder im Restaurant?*

Ich hab mich, als ich klein war, in einem Restaurant mal so stark an einer heißen Suppe verbrannt, dass ich sie über den ganzen Tisch gespuckt habe. Und im Kindergarten wollten meine beste Freundin und ich mal heimlich zusammen backen – und haben aus Versehen statt Zucker Salz in den Teig getan ...

### Was magst du besonders an deiner Rolle?

Ich mag besonders Bibis positive Grundeinstellung und dass sie sich nie unterkriegen lässt. Außerdem hat sie immer super Ideen und es wird mit ihr nie langweilig.

### Was war für dich die schwierigste Szene in der Serie?

Das war die Rettungsschwimmerszene am Badesee, weil ich wusste, dass ich für den Startsprung nur einen einzigen Versuch hatte. Danach war ich ja schließlich klatschnass ...

### Was war das Lustigste, das du beim Dreh erlebt hast?

Richard und Dominikus (der in der Serie den Freddy spielt) haben sich, als Harriet und ich gerade gedreht haben, mal unsere Freizeitklamotten geschnappt und angezogen. Als wir vom Set kamen, haben sie dann so getan, als wären es ihre eigenen. Die beiden sahen ziemlich witzig aus, denn unsere Sachen waren ihnen natürlich viel zu klein.







# LIEBLINGSGERICHTE

auf dem Martinshof



- \* Bibis Lieblingsgericht? Natürlich Kartoffelbrei!  
Aber jeder hat seinen ganz persönlichen Favoriten.
- \* Nudeln, Reis, Pizza, Burger oder lieber was ohne Fleisch?  
Die Geschmäcker sind verschieden. Doch wenn  
abwechselnd alle Lieblingsgerichte gekocht werden,  
kommt jeder auf seine Kosten.

# SÜSSKARTOFFEL-WEDGES MIT LAUCH UND GUACAMOLE

Die knusprig würzigen Kartoffelschnitzen aus dem Ofen sind lecker wie Pommes, aber viel gesünder. Dazu kann niemand Nein sagen.

4 große Süßkartoffeln  
(ca. 750 g)  
3 Zitronen  
6 EL Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
Ras el Hanout (afrikan.  
Gewürzmischung)  
1 Stange Lauch  
2 Avocados

## **Außerdem**

Backblech  
Backpapier

**1** Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Süßkartoffeln schälen, halbieren und längs in Spalten schneiden. 1 Zitrone auspressen. Die Süßkartoffelspalten in einer Schüssel mit dem Zitronensaft und 4 EL Olivenöl mischen und mit den Gewürzen abschmecken.

**2** Den Lauch putzen und in feine Ringe schneiden. 1 weitere Zitrone auspressen. Den Saft mit dem restlichen Olivenöl und etwas Salz und Pfeffer gut vermischen und beiseitestellen.

**3** Die Süßkartoffelspalten auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und auf der mittleren Schiene ca. 30 Min. backen. Nach 15 Min. Backzeit die Spalten einmal wenden. Nach weiteren 10 Min. die Lauchringe über den Süßkartoffeln verteilen und noch einmal ca. 5 Min. backen.

**4** In der Zwischenzeit für die Guacamole die Avocados halbieren, die Kerne entfernen und das Fruchtfleisch in eine kleine Schüssel löffeln. Restliche Zitrone auspressen. Avocadofleisch mit einer Gabel zerdrücken und mit Zitronensaft mischen. Salzen und pfeffern.

**5** Die heißen Süßkartoffel-Wedges zusammen mit der Guacamole servieren.





# FRAU MARTINS BUTTERKUCHEN

Frau Martins Butterkuchen ist eine Legende. Dafür macht sich selbst der Graf an einem heißen Tag auf den Weg zum Martinshof. Und dazu ist der Kuchen auch noch ganz einfach und schnell gebacken.

300 g Mehl  
275 g Zucker  
1 Päckchen Backpulver  
1 Päckchen Vanillezucker  
3 Eier (Größe M)  
200 g Sahne  
125 g Butter  
100 g Mandelblättchen  
3 EL Milch

## Außerdem

Backblech  
Butter für das Blech  
Handrührgerät

**1** Den Backofen auf 200° vorheizen. Das Backblech fetten. Das Mehl, 150 g Zucker, das Backpulver und den Vanillezucker verrühren. Dann die Eier und die Sahne dazugeben und vorsichtig (sonst staubt es am Anfang) mit den Quirlen des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verrühren.

**2** Den Teig auf einem gefetteten Backblech gleichmäßig verteilen. Im Ofen (Mitte) zunächst 10 Min. nur ganz leicht hell backen.

**3** In der Zwischenzeit die Butter in einem Topf schmelzen (sie darf nicht anbrennen). In die geschmolzene Butter den übrigen Zucker, die Mandeln und die Milch geben und alles gut miteinander vermengen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

**4** Nach 10 Min. Backzeit den Teig aus dem Ofen nehmen und die Mandelmischung auf dem vorgebackenen Teig mit einer Palette gleichmäßig verteilen und glatt streichen. Jetzt muss der Kuchen noch mal für weitere 10 Min. im Ofen backen.

Für 15 Stücke  
Zubereitung: 20 Min.  
Backzeit: 20 Min.

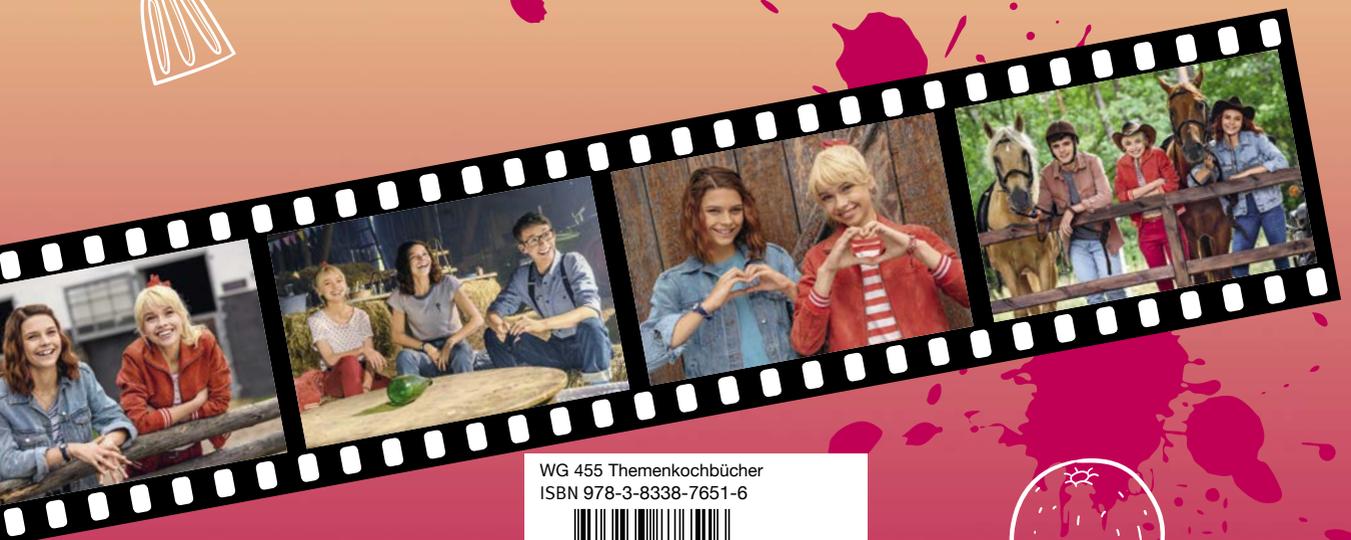
-----  
Pro Stück:  
ca. 307 kcal





# Das Kochbuch zur neuen Serie

Ihr könnt die besten Freundinnen Bibi & Tina jetzt nicht nur in der Realfilm-Serie auf Amazon-Prime sehen, sondern auch mit ihnen zusammen kochen und backen. In diesem fröhlich bunten Kochbuch zeigen sie ihren Fans all ihre Lieblingsgerichte und -naschereien: leckeres selbst gemachtes Granola, bunte Salate oder Frau Martins sagenhafter Butterkuchen. Alles zum supereinfachen Nachmachen. Als Sahnehäubchen gibt's dazu zahlreiche Fotos aus der Serie und Extra-Infos über die beliebten Schauspielerinnen und Schauspieler.



WG 455 Themenkochbücher  
ISBN 978-3-8338-7651-6



9 783833 876516

