

Claudia Conrath

Was back' ich heute?

DAS BACKBUCH,
DAS GLÜCKLICH MACHT

Die besten Rezepte
der BAYERN 3
Community zum
Feiern, Verschenken
und Vernaschen



BLV

Inhalt

5 Vorwort

SEITE 6

Quick & easy

fix gemacht, fix vernascht

Nicht nur Muffins und Guglhupf, auch Schmetterlingskuchen und Obsttorte stehen dank der Kreativität der BAYERN 3 Community ruckzuck auf dem Kaffeetisch und sorgen selbst im betriebsamen Alltag für genussvolle Zwischenpausen!



SEITE 28

Wohlfühlprogramm

Genuss ohne Reue

Ein Tag ohne etwas Süßes ist denkbar, aber sinnlos. Wozu auch! Ob Müsliriegel und Bananenbrot als süßer Snack für zwischendurch, ob fruchtiger Orangen-Mandelkuchen oder geeister Wolkenkuchen als Stars auf der Kaffeetafel – sie alle locken mit sündenfreiem Genuss!

SEITE 46

Familienhits

von Groß und Klein

Nicht nur beste Zutaten, sondern auch viele schöne Erinnerungen machen Nusschlung, Brüderkuchen & Co. zu unverzichtbaren Highlights der BAYERN 3 Community. Und wer würde schon daran zweifeln, dass Donauwellen und Bienenstich in der allgemeinen Beliebtheitsskala ganz vorne rangieren? Eben!

SEITE 70

Pausenkracher

klein, aber oho

Kekse, Cookies und Cupcakes sind kleiner, simpler und handlicher als ihre großen Verwandten, lassen geschmacklich jedoch nichts zu wünschen übrig. Und so schaffen sie dezente Abhilfe gegen das Mittagstief, akute Süßhungerattacken oder leere Teller beim spontanen Kaffeeklatsch.

SEITE 90

Die fantastischen Acht

Tortenträume werden wahr

Wer möchte nicht gerne einem besonders lieben Menschen einen Traum erfüllen? Bei Tortenträumen kein Problem! Und Backkunstwerke wie der Keksauflauf mit Schokomaus oder die Baggertorte bringen selbst die Augen der Kleinsten zum Leuchten.

SEITE 110

Tortenhammer

immer eine Sünde wert

Backen ist Kunst, wie Claudia zu sagen pflegt. Und so verwandeln fantasievolle Dekorationen das Allroundtalent Biskuit in immer wieder neue Traumtorten. Nichts wie ran an die Kuchengabel!

SEITE 130

Winter Wonderland

für Plätzchenfans

Weihnachten und damit die Zeit der Vanillekipferl, Spitzbuben und Lebkuchen ist immer wieder viel zu schnell vorbei. Darum sorgt die BAYERN 3 Community mit Leckerbissen wie Rotweinplätzchen, Vanille-Butterwölkchen und Schneeflocken für eine Ausweitung der Plätzchenzeit.



- 156 Rezeptverzeichnis
- 158 Über die Autorin und die Moderatoren
- 159 Impressum



*Ob Plätzchen, Kuchen
oder Torte, sie alle
wollen nur das Eine: uns
glücklich machen.*



Claudia Conrath



Backen macht glücklich

Wenn wir backen, dann immer, weil etwas Besonderes ansteht: ein Geburtstag, Weihnachten, lieber Besuch oder einfach nur, weil wir es uns zwischendurch gut gehen lassen wollen. Für all diese wunderbaren Anlässe findet ihr in diesem Buch die passende Idee. Von der süßen Kleinigkeit bis zur großartigen Torte, die nicht nur Kinderherzen höher schlagen lässt.

Danke an die BAYERN 3 Back-Community! Genau wie bei »Was koch' ich heute« – der größten Kochgemeinschaft im ganzen BAYERN 3 Land – habt ihr auch diesmal mitgeholfen, die tollsten Rezepte mit Gelinggarantie zusammenzutragen. Ganz gleich, ob es ein Familienrezept ist, das schon durch viele Hände und Mägen gegangen ist, oder etwas Neues, Selbsterprobtes: Jetzt haben wir alle etwas davon.

Auf den folgenden Seiten begegnen euch auch ein paar bekannte Stimmen aus dem BAYERN 3 Programm, und vielleicht seid ihr genau so begeistert wie ich, was für Backprofis wir da im Team haben. Doch unsere Back-Community hat noch mehr zu bieten: einen FC BAYERN Star und Nationalspieler zum Beispiel. Leon Goretzka stellt euch sein glutenfreies Bananenbrot vor. Nicht zuletzt

verrät Gedankenleser und Charakter-Coach Thorsten Havener, welche Teller ihr benutzen solltet, um kleine Portionen groß wirken zu lassen – falls ihr es wirklich schafft, von seinem fluffigen Kaiserschmarrn nur eine kleine Portion zu verputzen.

Das Tolle am Backen: Wir müssen nicht, wir dürfen! Die Ergebnisse sind kleine Kunstwerke. Die Bilder – Gemälde zum Anbeißen! Blättert euch auf den nächsten Seiten durch die wunderbaren Versuchungen. Süße Sünden sind auch dabei, aber nicht nur. Wie könnt ihr Zucker ersetzen oder reduzieren ohne auf Genuss zu verzichten? Auch darauf findet ihr Antworten.

Backen schafft Erinnerungen. Der Duft der Plätzchen, die leuchtenden Augen, wenn der Geburtskuchen angeschnitten wird – das bleibt für immer im Kopf und Herzen.

Mehr davon!

Eure Claudia Conrath



Storys

rund um Kuchen und Torten



In einer Bäckerei in der Nähe von Bad Aibling gibt es einen fantastischen Mailänder Kirschkuchen. Das Rezept musste ich einfach haben! Darum fragte ich mal in der Community nach, und siehe da: Einige Teilnehmer kannten sogar die Bäckerei in Bad Aibling, konnten mir aber nur mit einem Rezept aus dem Netz weiterhelfen. Ich also gleich mal ausprobiert – nö, schmeckt nicht so, wie er sein soll. Aber man kapituliert ja nicht gleich, sondern probiert, ändert, variiert und verfeinert ... Bin fast dran verzweifelt, weil es einfach nicht so schmecken wollte wie in Bad Aibling, aber nach zig Versuchen: Voilà! Der fast so »guade Mailänder Kirschkuch« (s. S. 57).

von Sonja aus Passau

Der Duft von Susumelle versetzt mich in die Vergangenheit: Zu Weihnachten waren wir alle im Haus meiner Großeltern versammelt, die Stimmung war feierlich, es wurde Karten gespielt und die Susumelle waren an ihrem Platz unter dem Weihnachtsbaum, bereit, gegessen zu werden. Mit dieser Süßigkeit führe ich eine Tradition fort, pflege Erinnerungen, die ich in meinem Herzen trage. Ein Stück weit will ich sie mit Ihnen teilen, darum stelle ich in diesem Buch meine »crotone susumelle di francesca d'emanuele« vor (s. S. 136).

von Francesca aus Achenmühle



Süße Kindheitserinnerungen: Ich war früher mit meinen Eltern oft in den USA. Mein Papa und ich sind, wo es nur ging, in eine Cheesecake-Factory gegangen und haben sämtliche Varianten durchprobiert. Und weil die ihre Rezepte nicht rausrücken, haben sowohl er als auch ich angefangen, selber zu tüfteln. Papa hat den Cheesecake-Contest klar gewonnen (s. S. 115)!

von Bayern 3 Moderatorin Julia Liebing

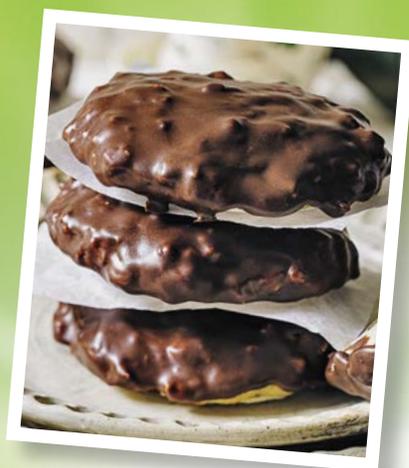


Bei uns zu Hause wurde mehrmals in der Woche gebacken – zum einen für den Eigenbedarf, denn Kaffeetrinken gegen 15:30 Uhr war zu Hause Standard, zum anderen natürlich für diverse festliche Anlässe, wie Geburtstage, Hochzeiten, Dorffeste etc. Da war dann auch immer mal eine Donauwelle mit Extra-Kirschguss (s. S. 66) dabei, einer meiner erklärten Lieblingsblechkuchen. Mittlerweile backe ich sie selbst sehr gerne. Anfangs brauchte ich öfter einen Tipp von Muttern: »Du, wie machst du das mit dem Schokoguss?« ... »Und die Butter und der Pudding müssen exakt die gleiche Temperatur haben für die Buttercreme.« Inzwischen läuft das Backen aber richtig gut und im Freundeskreis wird die Donauwelle à la Mama auch gern mal bei mir bestellt!

von Bayern 3 Moderatorin Simone Faust

Das Rezept für die Kartoffellebkuchen (s. S. 138) stammt aus dem Bayerischen Wald. Dort haben wir auf dem Bauernhof der Familie Frankl jedes Jahr mehrfach mit unseren drei Söhnen Urlaub gemacht. Wenn wir über Silvester dort waren, dann gab es von Frau Frankl immer eine riesige, prall mit Plätzchen und Lebkuchen gefüllte Dose als Wegzehrung für die Heimfahrt. Sämtliches Gebäck war so köstlich, dass es schon spätestens eine halbe Stunde nach der Abfahrt von meinen Männern aufgefuttert war. Besonders begeistert waren wir immer von den Kartoffellebkuchen, also habe ich irgendwann einmal Frau Frankl das Rezept abgeluchst und seither sind sie jedes Jahr in der Adventszeit bei uns Pflichtprogramm.

von Andrea aus Oberursel



Mein Vater hatte eigentlich eine Ausbildung zum Bäcker gemacht, dann zwar nie in dem Job gearbeitet, aber immer für Gott und die Welt gebacken. Zudem war er in vielen Vereinen tätig. Als Faschingspräsident in Schongau hat er beispielsweise für die Garde nach den Auftritten immer seinen speziellen Nusszopf hervorgezaubert. Dieser »Nusschlung« (s. S. 51) – das war immer der Renner, da werden meine Schwester und ich heute noch daraufhin angesprochen. Er hat ihn überall hin mitgenommen, immer gleich in Scheiben geschnitten (nur ja nicht zu dünn!), und dann hat er seine Alufolien-Päckchen verteilt. Ich denke, die Freude am Kochen und Backen habe ich von ihm. Schade, dass mein Vater nicht mehr lebt, in der heutigen Zeit würde er vermutlich täglich irgendwelche Kuchen und Torten posten. Sein Leitspruch: »Wenig braucht's net sei, aber guad!« Sein Schreibmaschinengeschriebenes Rezept zum Nusschlung ist übrigens noch vorhanden ...

von Evi aus Schongau

Tortenhammer

immer eine Sünde wert



Torten machen einfach etwas her! Nicht immer muss damit allzu viel Aufwand verbunden sein. Ein Grund mehr, warum dieser Augen- und Gaumenschmaus nicht nur Festtagen vorbehalten sein sollte ...





Schneewittchen-Torte mit Mohnboden

von Michaela aus Niederbayern

Für 1 runde Torte

Backzeit: ca. 25 Min.

Für den Teig

1 Bio-Zitrone
150 g zimmerwarme Butter
100 g Puderzucker
Salz
1 Pck. Vanillezucker
4 Eier (M)
50 g Mehl
150 g gemahlener Mohn
80 g gemahlene Haselnusskerne

Für die Quarkcreme

7 Blatt Gelatine
1 Zitrone
500 g Quark
110 g Puderzucker
250 g Sahne

Für das Gelee

300 g Himbeeren
(ersatzweise TK-Himbeeren)
50 g Puderzucker
3 Blatt Gelatine

Außerdem

Springform (ca. 26 cm Ø)

- 1 Backofen auf 200° vorheizen. Die Form mit Backpapier bespannen. Zitrone heiß waschen, abtrocknen. Die Schale fein abreiben, den Saft auspressen und beiseitestellen.
- 2 Die Butter mit der Hälfte des Puderzuckers, 1 Prise Salz, Vanillezucker und Zitronenschale in eine Rührschüssel geben und schaumig aufschlagen. Die Eier trennen. Eiweiße beiseitestellen, die Eigelbe einzeln unter die Creme rühren.
- 3 Das Mehl in eine weitere Schüssel sieben, den Mohn und die gemahlene Haselnusskerne hinzufügen. Die Mehlmischung unter die Buttercreme heben.
- 4 Eiweiße aufschlagen, bis sie beginnen, fest zu werden. Dann unter Rühren den restlichen Puderzucker einrieseln lassen und alles zu einem mittelfesten, noch geschmeidigen Eischnee schlagen. Eischnee luftig unter den Teig heben. Den Teig in die vorbereitete Form füllen und im heißen Ofen (Mitte) ca. 25 Min. backen. Auskühlen lassen. Dann auf eine Servierplatte geben und den Tortenring umlegen.
- 5 Für die Quarkcreme die Gelatine einweichen und die Zitrone auspressen. Quark und Puderzucker verrühren. Die Gelatine gut ausdrücken, dann mit dem Saft beider Zitronen in einem kleinen Topf vorsichtig erwärmen, bis sie komplett aufgelöst ist. Unter die Quarkmasse rühren. Die Sahne leicht aufschlagen und ebenfalls unterheben. Die Quarkcreme auf den Mohnboden gießen, gleichmäßig verteilen und glatt streichen. Mindestens 3 Std. kalt stellen.
- 6 Für das Gelee die Himbeeren abbrausen, TK-Himbeeren auftauen lassen. Dann mit dem Puderzucker fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Gelatine einweichen, ausdrücken und in einem Topf erwärmen. Mit dem Himbeerpüree vermischen und auf der gekühlten Quarkcreme verteilen. Die Torte nochmals 1 Std. kalt stellen. Vor dem Servieren vorsichtig aus Form lösen und nach Lust dekorieren.





Claudia Conrath ist die neue Glücksfee in Ihrer Backstube! Jeden Vormittag fragt die BAYERN 3 Moderatorin »Was koch' ich heute?« und tauscht mit ihren Hörerinnen und Hörern die besten Rezepte aus. Und immer wieder lädt sie dabei unter dem Motto »Was back' ich heute?« zum großen Backen ein.

Glück lässt sich backen – mit der BAYERN 3 Community

Kekse, gesunde Naschereien, Blitzrezepte, Lieblingskuchen, Torten und Plätzchen, die garantiert gute Laune machen! Die 65 Lieblingsrezepte der Hobbybäckerinnen und -bäcker rund um Claudia Conrath tragen das einzigartige Qualitäts-Siegel der »Was koch' ich heute?«-Community: »Wow, lecker, das liebe ich!«

Alle Rezepte gelingen garantiert, schmecken unglaublich gut – und in jeder süßen Kreation steckt eine Extraportion Liebe. Denn was gibt es Schöneres, als mit kleinen Leckereien anderen Menschen eine Freude zu machen? Jedes Rezept ist einzigartig und authentisch, mit persönlichen Storys und echten Geheimtipps – vom BAYERN 3 Moderationsteam, von Hörerinnen und Hörern und dem ein oder anderen prominenten Gast.

BLV

Logolizenz durch
BR media
Service GmbH



Dieses Buch
ist auf PEFC-
zertifiziertem
Papier aus
nachhaltiger
Waldwirtschaft
gedruckt.

455 Themenkochbücher
ISBN 978-3-96747-028-4



www.blv.de