

A man with short dark hair and a beard, wearing a grey hoodie over a white t-shirt, is smiling as he cooks in a kitchen. He is using a wooden spoon to stir ingredients in a black pan on a stove. Steam is rising from the pan. In the foreground, there are fresh ingredients including tomatoes, a wooden rolling pin, and a cutting board with sliced green vegetables. A yellow square logo with the letters 'G|U' is in the bottom center. The background shows a modern kitchen with dark cabinetry and a potted plant.

MIKE SÜSSER

Meine lazy
**WEEKEND
KÜCHE**

G|U



Inhalt



LAZY FRÜHLING 8

Lazy und lecker von März bis Mai:

Ich liebe das Frühlingserwachen! 10

Meine Frühlings-Favourites von Spargel bis geräucherte Forelle 12

Meine lazy Frühlingsrezepte 14

LAZY SOMMER 52

Lazy und lecker von Juni bis August:

Ab in die Outdoorküche! 54

Meine Sommer-Favourites von Melone bis Basilikum 56

Meine lazy Sommerrezepte 58

LAZY HERBST 100

Lazy und lecker von September bis November:

Von der Hand in den Mund! 102

Meine Herbst-Favourites von Kürbis bis Speck 104

Meine lazy Herbstrezepte 106

LAZY WINTER 142

Lazy und lecker von Dezember bis Februar:

Ich feiere die Feste, wie sie fallen! 144

Meine Winter-Favourites von Roter Bete bis Zitrusfrüchte 146

Meine lazy Winterrezepte 148

Rezeptregister 184

Meine Vita 188

Impressum 192



////////// *Fix fertig*

RÖSTIPIZZA MIT HIRTENKÄSE UND PROSCIUTTO

Dieses Rezept ist für alle, die nie Rösti machen, weil sie Angst haben, die Rösti brechen in der Pfanne beim Wenden auseinander. Ich backe sie einfach auf dem Blech im Ofen. Währenddessen kümmere ich mich ums Easy-peasy-Topping.

Für 2 Personen Zubereitung: 25 Min. Backen: 35 Min. Pro Portion ca. 1020 kcal

**750 g mehligkochende
Kartoffeln**
2 Knoblauchzehen
2 Zweige Thymian
50 g Butter
1 Ei (L)
Salz
Pfeffer
**50 g getrocknete
Tomaten in Öl**
**125 g geriebener
Mozzarella**
50 g Rucola
**100 g Hirtenkäse
(ersatzweise Feta)**
100 g Prosciutto
1 EL Olivenöl

1 Die Kartoffeln waschen, schälen und fein raspeln. Die Kartoffelraspel mittig auf ein sauberes Geschirrtuch geben. Die Ecken des Tuchs zusammennehmen und die Raspel gut ausdrücken, um möglichst die ganze Flüssigkeit zu entfernen. Knoblauch schälen und fein reiben. Den Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

2 Butter, Knoblauch und Thymian in einen kleinen Topf geben und aufschäumen lassen. Kartoffeln, Butter und das Ei in einer Schüssel gut vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Den Backofen auf 180° Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen und den Kartoffelteig darauf verteilen, sodass ein ca. 1,5 cm hoher Kreis entsteht. Man kann auch ganz nach Belieben mehrere kleine Röstipizzen machen. Die Rösti im heißen Ofen (Mitte) ca. 30 Min. backen.

4 Inzwischen die getrockneten Tomaten abtropfen lassen, in Streifen schneiden und mit dem Mozzarella mischen. Den Rucola verlesen, von groben Stielen befreien, waschen und trocken schütteln. Den Hirtenkäse zerbröckeln.

5 Nach 30 Min. Backzeit die Mozzarella-Tomaten-Mischung auf der Röstipizza verteilen und diese weitere 5 Min. backen. Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Prosciutto, Hirtenkäse und Rucola belegen und mit Olivenöl beträufeln.



15

LAZY FRÜHLING

Shhhhh! Kochen ohne Worte

EASY SCHINKEN- KÄSE-SANDWICH

Irgendwo ein Ei drüberzuhauen, ist immer eine gute Idee – vor allem bei Sandwiches. So wird ein besonders einfaches Rezept einfach besonders.

Für 1 Person

Zubereitung: 10 Min.

Pro Portion ca. 730 kcal

1 EL Butter

2 Eier (L)

Salz

Pfeffer

2 Scheiben Toastbrot

50 g geriebener Cheddar

3 Scheiben gekochter

Schinken

20 g Rucola

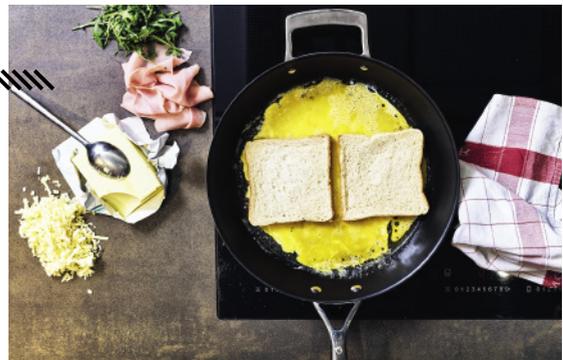


1

Die Butter in einer beschichteten Pfanne aufschäumen lassen.

2

Eier, Salz und Pfeffer verquirlen, dazugeben und die Toastbrote hineinlegen.

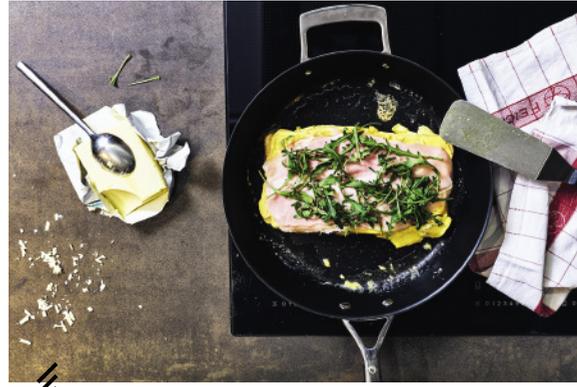


Scan mich!



3

Die Eier stocken lassen, dann samt den Broten wenden und den Käse darauf verteilen.



4

Schinken und Rucola darauf verteilen und die Toastbrote zusammenklappen.

5

Sandwich von beiden Seiten knusprig braten, herausnehmen, halbieren und genießen.



*Mike's Tipp:
Sandwiches
variieren*

1 Vegetarisch und mediterran wird das Sandwich, wenn ihr es mit Tomatenscheiben, Mozzarella-Würfeln und frischem Basilikum belegt.

2 Räucherlachs, Kräuterfrischkäse und dünne Avocadoscheiben zwischen den Toastscheiben lassen die Herzen eurer Liebsten höher schlagen.

3 Mit fein zerkrümeltem Feta, gebratenen Spargelspitzen und in Streifen geschnittenen getrockneten Tomaten als Belag adelt ihr das Ratzfatz-Sandwich und macht es brunchtauglich.

////////// *Fix fertig*

PANZANELLA MIT MELONE UND ZIEGENKÄSE

Für 4 Personen

Zubereitung: 25 Min. Pro Portion ca. 775 kcal

1 Baguette
2 Knoblauchzehen
8 EL Olivenöl
2 Zitronen
1 EL Honig
2 EL Aceto balsamico bianco
Salz
Pfeffer
200 g Mini-Gurken
500 g Kirschtomaten
100 g schwarze Oliven
100 g Rucola
1 rote Zwiebel
½ kernlose Wassermelone
300 g Ziegenkäse (Hart- oder Weichkäse)
½ Bund Basilikum
½ Bund Minze
½ Bund Petersilie

1 Das Baguette in grobe Stücke reißen. Die Knoblauchzehen mit dem Handrücken leicht zerdrücken und mit 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Das Baguette darin knusprig rösten.

2 Den Saft der Zitronen auspressen. Die restlichen 6 EL Olivenöl, Honig, Zitronensaft und Essig in einer Tasse verquirlen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Gurken putzen, waschen und mit dem Sparschäler längs in breite Streifen hobeln. Die Tomaten waschen und halbieren.

4 Oliven in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Rucola verlesen, von groben Stielen befreien, waschen und abtropfen lassen. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Die Wassermelone schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Ziegenkäse grob zerbröckeln. Die Kräuter waschen, trocken schüttern und die Blätter abzupfen.

5 Alle Zutaten bis auf den Rucola und die Kräuter in einer Schüssel mit der Marinade mischen. Zum Schluss vorsichtig Rucola und Kräuter unterheben.



Shhhhh! Kochen ohne Worte

ONE POT MAC 'N' CHEESE

Umrühren nicht vergessen – das ist eigentlich das Wichtigste bei diesem Lieblingsnudelgericht, das weniger durch seinen enormen Vitamingehalt als durch seine Eigenschaft als Seelenfutter besticht.

Für 4 Personen
Zubereitung: 25 Min.
Pro Portion ca. 820 kcal

1l Milch
250 g Sahne
400 g Makkaroni
frisch geriebene
Muskatnuss
Salz
Pfeffer
100 g Cheddar
100 g Parmesan
½ Bund Schnittlauch



1

Milch und Sahne in einem Topf zum Kochen bringen, Makkaroni dazugeben.

2

Nudelmischung im Topf mit Musaktnuss, Salz und Pfeffer würzen.



Scan mich!



3 Den Topfinhalt aufkochen und dann unter mehrmaligem Rühren 10–15 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen.



4 Inzwischen Cheddar und Parmesan reiben, zur Pasta geben und gut unterrühren.

5

Mac 'n' Cheese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch waschen, trocken schüttern, in Röllchen schneiden und die Pasta damit bestreuen.



*Mike's Tipp:
Nudelvaria-
tionen*

1 Ihr könnt auch 400 ml Milch durch eine Dose stückige Tomaten ersetzen und die Pasta dann nicht mit Schnittlauch, sondern mit Basilikum bestreuen.

2 Nudelaufbau ist euch lieber? Dann noch 250 ml mehr Milch für die Sauce nehmen. Die fertigen Nudeln in eine passende Auflaufform füllen und mit einer

Mischung aus 100 g Semmelbröseln und 70 g geriebenem Parmesan bestreuen. Mit 3 EL Butter in Flöckchen belegen und im vorgeheizten Ofen (Mitte) bei 200° in 25–30 Min. goldbraun überbacken.

3 Anstelle von Cheddar schmecken auch Gouda, Bergkäse oder Gorgonzola.

GRUNDREZEPT PIDE-TEIG

Die orientalischen Pizzaschiffchen mit knusprigem Boden und würziger Füllung kommen bei mir im Herbst regelmäßig in den Ofen. Ein Glas Wein dazu und das Wochenende ist perfekt. Belagideen findet ihr auf Seite 120/121.

Für 4 Personen Zubereitung: 15 Min. Ruhen: 1 Std. Pro Portion ca. 550 kcal

1 Pck. Trockenhefe
1 TL Zucker
500 g Weizenmehl
(Type 405)
4 EL Joghurt
4 EL Olivenöl
Salz

1 200 ml Wasser leicht erwärmen, Hefe und Zucker dazugeben und darin auflösen. Hefewasser und die restlichen Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und in der Schüssel zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Min. gehen lassen. Inzwischen den Belag (Rezepte s. S. 120/121) vorbereiten.

AUSSERDEM
Olivenöl zum
Bepinseln

2 Den Teig in vier gleich große Portionen teilen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu dünnen länglichen Zungen ausrollen. Teigzungen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und weitere 15 Min. gehen lassen.

3 Den Backofen auf 180° Umluft vorheizen. Die Teigzungen belegen, dabei jeweils einen schmalen Rand rundherum frei lassen. Die Ränder dünn mit Olivenöl bepinseln. Die Pide im heißen Ofen (Mitte) nach Rezept goldbraun backen.



1.
THUNFISCH /
ZWIEBEL /
OLIVE

3.
HACKFLEISCH /
GETROCKNETE
TOMATEN

2. SPINAT /
GORGONZOLA /
FEIGE

1. THUNFISCH / ZWIEBEL / OLIVEN

Den Teig wie auf S. 118 beschrieben vorbereiten. Den Thunfisch in einem Sieb abtropfen lassen und grob zerpflücken. Knoblauch schälen und fein reiben. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Kapern fein hacken.

Thunfisch, Schmand, Kapern, Knoblauch und Petersilie in einer Schüssel mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Thunfischmasse auf dem Teig verteilen, mit geriebenem Käse bestreuen und mit Oliven und Zwiebelringen toppen. Die Pide wie auf S. 118 beschrieben 25 Min. backen.

Für 4 Personen
Zubereitung: 15 Min.
Backen: 25 Min.

300 g Thunfisch naturell (Dose)	Pfeffer
2 Knoblauchzehen	1 rote Zwiebel
¼ Bund Petersilie	100 g geriebener Mozzarella
2 EL Kapern	4 EL Taggiasca- Oliven (entsteint)
250 g Schmand	
Salz	

2. SPINAT / GORGONZOLA / FEIGE

Für 4 Personen
Zubereitung: 15 Min.
Backen: 25 Min.

500 g TK-Spinat	Salz
1 rote Zwiebel	Chiliflocken
2 Knoblauchzehen	100 g getrock- nete Feigen
1 EL Olivenöl	1 EL heller Sesam
150 g Gorgonzola	

Teig wie auf S. 118 beschrieben vorbereiten. Für den Belag den Spinat auftauen und ausdrücken. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten.

Den Gorgonzola etwas zerbröckeln und in einer Schüssel mit Spinat, Zwiebeln und Knoblauch mischen. Mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Die Feigen waschen und vierteln. Spinatmischung auf dem Teig verteilen und die Feigen darauflegen. Teigträger mit Olivenöl bepinseln und mit Sesam bestreuen. Pide wie auf S. 118 beschrieben 25 Min. backen.

3. HACKFLEISCH / GETROCKNETE TOMATEN

Für 4 Personen
Zubereitung: 25 Min.
Backen: 25 Min.

2 Zwiebeln	½ Bund Basilikum
3 Knoblauchzehen	100 g getrocknete
2 EL Olivenöl	Tomaten in Öl
400 g Hackfleisch	200 g Kirsch-
Salz	tomaten
4 EL Tomatenmark	100 g Mozzarella
1 TL Sumach	Pfeffer
1 TL gemahlener	
Kreuzkümmel	

Den Teig wie auf S. 118 beschrieben vorbereiten. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen. Das Hackfleisch dazugeben, mit etwas Salz würzen und krümelig braten. Tomatenmark dazugeben und kurz mit anschwitzen. Gewürze zum Hackfleisch geben und die Mischung 10 Min. offen köcheln lassen.

Basilikum waschen, Blätter abzupfen. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und beides in Streifen schneiden. Tomaten waschen, halbieren. Mozzarella würfeln. Hackfleisch salzen, pfeffern und abkühlen lassen. Hackfleisch auf den Pide verteilen, mit frischen und getrockneten Tomaten, Käse und Basilikum bestreuen. Wie auf S. 118 beschrieben 20 Min. backen.



Mein genialer Trick

Wer einen Pizzastein für seinen Backofen hat, der sollte den für die Pide unbedingt hernehmen. Die große Unterhitze, die der Stein liefert, sorgt dafür, dass der Boden richtig cross wird. Wegen der viel kürzeren Backzeit trocknet aber gleichzeitig der Belag nicht aus. Zwei Gründe, die unschlagbar sind.

POLPETTE VOM LAMM MIT TOMATENSAUCE

Für 4 Personen

Zubereitung: 35 Min. Pro Portion ca. 645 kcal

FÜR DIE POLPETTE

- 100 g Parmesan
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl
- 600 g Lammhackfleisch
- 2 Eier (L)
- 5 EL Semmelbrösel
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- 1 TL getrockneter Thymian
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel

FÜR DIE SAUCE

- 1 rote Paprika
- 1 frische rote Chilischote
- 500 g passierte Tomaten
- Salz
- Zucker

1 Für die Polpette den Parmesan reiben. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken.

2 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und zwei Drittel der Zwiebeln und den Knoblauch darin andünsten. In einer Schüssel Hackfleisch, Zwiebelmischung, Eier, Semmelbrösel, Parmesan, Paprikapulver, Thymian, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel mit den Händen zu einer homogenen Masse verkneten.

3 Die Hackfleischmasse mit leicht angefeuchteten Händen, mit leichtem Druck zu golfballgroßen Kugeln formen. Den restlichen EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin in ca. 5 Min. rundherum anbraten.

4 In der Zwischenzeit für die Sauce die Paprika waschen, längs halbieren, von Kernen und weißen Trennwänden befreien und in kleine Würfel schneiden. Die Chilischoten waschen, längs aufschneiden, von Kernen und weißen Trennwänden befreien und in feine Ringe schneiden.

5 Die Polpette aus der Pfanne nehmen und dann darin die restlichen Zwiebelwürfel andünsten, Paprika und Chiliringe dazugeben und kurz mitdünsten. Die passierten Tomaten dazugeben. Die Sauce mit Salz und Zucker abschmecken, einmal aufkochen lassen, dann die Polpette einlegen und 10 Min. darin leicht köcheln lassen. Sollte die Sauce zu sehr eindicken, einfach etwas Wasser dazugeben. Farbtupfer gefällig? Dann bestreut die Polpette doch noch mit etwas gehackter Petersilie. Dazu schmecken Bandnudeln oder Weißbrot.





Lässig KOCHEN & RELAXEN!

Kochen, sagt der bekannte Fernsehkoch und Moderator Mike Süßer, bietet echte Entschleunigung in einer hektischen Welt. Und wann haben wir Zeit dafür? Am Wochenende natürlich! Ob unkompliziert und schnell für den Freitagabend oder ganz schwelgerisch zum Freundschaftsverwöhnen am Samstag – für alle diese wunderbaren Gelegenheiten bietet Mike Süßer hier das perfekte Rezept. Ohne Chichi, aber mit »Wow« und natürlich jeder Menge Tipps vom Profi!

So geht Kurzurlaub beim Kochen!

