

Gabi Frankemöller



25 JAHRE EST. 1998
USA KULINARISCH

KOCHBUCH & EINE KISTE VOLL ERINNERUNGEN

25 JAHRE EST. 1998
USA KULINARISCH

KOCHBUCH & EINE KISTE VOLL ERINNERUNGEN

Gabi Frankemöller



VORWORT

Ich habe (Blog-)Geburtstag – und für Euch gibt's das Geschenk! Nämlich dieses Kochbuch mit 25 Rezepten, die Ihr laut Abrufzahlen gerne mögt – aber auch welche, die kaum einer sucht und findet, die für mich aber eine besondere Bedeutung haben. Oops, wie mir gerade auffällt: Gesundes, Leichtes und große Fleischstücke sind eher unter-, Backrezepte überrepräsentiert. Aber das entspricht wohl ziemlich genau meinen persönlichen Koch- und Essensvorlieben. Und außerdem geht's hier nicht um political correctness, sondern darum, dass ich zum Jubiläum einfach das mache, was mir gefällt.

Genau deswegen gibt's auch keine Jubelhymnen oder Mega-Verlosungen - sowas passt nicht zu mir. Stattdessen werde ich mit Lesern & Freunden eine virtuelle USA-Party feiern und habe für dieses Kochbuch in meinem Archiv gestöbert.

Ich hoffe, dass Ihr die Auswahl mögt und Appetit bekommt auf mehr amerikanische Küche. Ich seh euch im Blog oder auf Social Media!

Gabi Frankemölle



usa-kulinarisch.de



[@usakulinarisch](https://www.facebook.com/usakulinarisch)



[@gabi_fra_usa](https://www.instagram.com/gabi_fra_usa)



[@gfra](https://www.pinterest.com/gfra)

GERICHTE &
GESCHICHTEN

INHALT

TEXTE & FOTOS

Gabi Frankemölle

LEKTORAT

Birgit J.
Iris G.



IMPRESSUM

ISBN
978-3-946398-158

©Gabi Frankemölle
Pressebüro gfra
Birkenweg 12
46414 Rhede

post@usa-kulinarisch.de

Alle in diesem
Kochbuch verwendeten
Texte, Fotos und
grafischen Gestaltungen
sind urheberrechtlich
geschützt. Sollten Sie
Teile hiervon nutzen
wollen, wenden Sie sich
bitte an mich.

VORWORT

2

DANKE

4-5

FRÜHSTÜCK

6-11

MAINS

12-31

BEILAGEN & CO

32-39

GEBACKENES

40-53

UMRECHNEN

54

25 JAHRE USA-K

55-58

INDEX

59



DANKE!

Das Internet ist unpersönlich. Stimmt. Und stimmt auch wieder nicht! Ich habe durch den Blog in den vergangenen 25 Jahren ganz wundervolle Schwestern und Brüder im kulinarischen (USA-)Geiste kennengelernt:

- Sabine, die mir schon Cupcake-Fotos und -Rezepte geschickt hat, als ich noch nicht mal wusste, was das war
- Günter, seit mindestens 15 Jahren mein fränkischer Nachhilfelehrer in Sachen Fleisch & Fleischzubereitung
- Ulrike, die schon so lange unaufgeregt & kompetent bloggt bei "Küchenlatein" und mit mir (Slowcooker-)Kochbücher schrieb
- Rolf, der mir die qualmende, zischende Wunderwelt des Dutch Ovens und Outdoor Cookings eröffnet hat
- Katja als langjährige Testkocherin, Korrekturleserin und Kochbuch-Idee-Diskutantin
- Ulrich als Technik-Nachhilfelehrer und Motivator der ersten Blogjahre, „versuch das doch einfach mal“...
- Ute für ihre freigiebig zur Verfügung gestellten amerikanischen Familienrezepte
- Petrina als "Kulturpart" unserer USA-Kochbücher und Ideengeberin. Dieses Kochbuch war ihre!

Nicht unerwähnt lassen möchte ich viele weitere langjährige Leser*Innen und Bloggerkolleg*Innen: Eure konstruktiven Kommentare sind wie Kaffee am Morgen – ein willkommener Energieschub, wenn ich mal die Nase voll habe. Nicht vom Thema amerikanische Küche, aber von ständig neuen Social-Media-Anforderungen oder Fragen wie "Gibt's das Brownierezept auch in zucker- und glutenfrei?"

Liebe Petra B., Petra H., Cimin, Margit, Peter, Bine, Franz, Marion, Sandy, Isabell, Micha, Holger, Silke, Peter, Michaela, Andrea, Evi, Anja, Britta, Eddie, Bianca, Birgit, Jutta, Manuela – und die ungezählten anderen, deren Name mir gerade nicht einfällt: Schön, dass Ihr mitlest!

"There's not a word yet for old friends who've
just met." — Jim Henson



Leute, mal ehrlich. Wieso sind ausgerechnet stinknormale Pancakes das meistabgerufene Rezept auf USA kulinarisch? Kann niemand mehr ohne Anleitung Mehl mit Milch und Treibmittel verrühren? Genau, da spricht die kulinarische Überheblichkeit – also ich. Dabei war mir bei meinem ersten USA-Besuch auch nicht klar, dass deutsche Pfannkuchen und amerikanische Pancakes nicht dasselbe sind. Und dass man letztere nicht mittags mit Apfelmus, sondern morgens mit Ahornsirup, Speck und Spiegelei isst. Und dass es einiger kleiner Tricks bedarf, um die Pancakes so schön dick hinzubekommen. Gut, also schafft es auch das vermeintlich simple Rezept in dieses Jubiläums-Kochbuch – allerdings in der aufgepimpten Version mit Buttermilch, die ich persönlich leckerer finde.

BUTTERMILK PANCAKES

SCHÖN DICK UND FLUFFIG

ZUTATEN

2 Eier
4 EL geschmolzene Butter
210 - 250 ml Buttermilch
175 g Mehl
je 1/2 TL Natron und Backpulver
1 TL Zucker
1/2 TL Salz
Öl zum Braten



METHOD
HERD



TIME
20 MINUTEN



SERVING
4 KL. PORTIONEN



DIFFICULTY
4/10

Diese dicken, fluffigen Buttermilk Pancakes ziehe ich "normalen" US-Pancakes vor, weil ich den Teig durch die leicht säuerliche Note interessanter finde.

ZUBEREITUNG

Die flüssigen Zutaten von Eiern bis Buttermilch (mit 210 ml beginnen) gut verschlagen, anschließend in einer extra Schüssel Mehl, Backpulver, Natron, Zucker und Salz vermengen. Das Mehl in die Eimischung geben und schnell durchrühren, es dürfen ruhig noch einige Klümpchen im Teig verbleiben. Den Teig einige Minuten quellen lassen, aber nicht sehr lange lagern - auch nicht im Kühlschrank, das Natron verliert seine Triebkraft. Nur wenn der Teig zu dickflüssig /zäh ist, noch weitere Buttermilch zugeben.

Eine Non-Stick-Pfanne mit möglichst wenig Öl ausstreichen und auf mittlerer Hitze vorheizen. Den Teig mit einer kleinen Schöpfkelle hinein geben und kreisrund verstreichen (wenn er breit läuft, ist er zu dünn). Die Pancakes sollten etwa sieben bis acht Zentimeter Durchmesser haben.

Die Pancakes von beiden Seiten goldbraun backen. Wichtig: Erst wenden, wenn die Oberseite von Bläschen durchzogen ist.

Mit Butter und Ahornsirup servieren – wer mag, auch mit Speck und Rührei.

PANCAKE HACKS

- Habt ihr keine Buttermilch, verquirlt ein bis zwei Esslöffel Zitronensaft mit 200 ml Milch.
- Der Teig sollte erheblich dickflüssiger sein als bei deutschen Pfannkuchen, sich aber gut verstreichen lassen.
- Nehmt nur wenig Fett zum Ausbacken der Pancakes, damit die schöne einheitliche Bräunung entsteht.
- Stellt den Herd nicht zu hoch ein, damit die Pancakes Zeit zum Aufgehen haben, bevor ihr sie wendet.



TIPP

Gebackene Biscuits lassen sich wunderbar einfrieren und dann leicht angetaut auf dem Toaster aufbacken.

BISCUITS & SAUSAGE



METHOD
HERD



TIME
30 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
7/10

ZUTATEN

Für die Biscuits:

250 g Mehl
1/2 TL Salz
1 TL Zucker
je 1/2 TL Backpulver und Natron
80 g weiche Margarine oder Palmin Soft
150 - 180 ml Buttermilch

Für die Sauce:

250 g grobe Bratwurst, roh
1/2 Zwiebel, sehr fein gehackt
4 Blätter Salbei, sehr fein geschnitten
30 g Butter
30 g Mehl
300 ml Milch (ev. mehr)
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Die trockenen Zutaten von Mehl bis Natron in einer Schüssel vermischen. Dann das Fett mit einem Piecutter einarbeiten (eine Gabel funktioniert auch), bis sich feine Streusel ergeben.

Es dürfen ruhig noch kleine Fettstückchen (reiskorn groß) sichtbar sein, das macht den Teig später locker.

In die Mitte der Krümelmasse eine Vertiefung machen, die Buttermilch hinzugeben und alles schnell mit der Gabel zu einem Teig verarbeiten, bis alles zusammen hält. Es darf ruhig noch etwas grob aussehen. Falls die Masse noch sehr krümelig, etwas zusätzliche Milch oder Buttermilch zugeben. Keinesfalls mit den Händen gründlich durchkneten – das macht die Biscuits zäh.

Irgendwie teilt sich die Welt in Süß- und Salzigfrühstücker, oder nicht? Ich war und bin Typ „Honigbrötchen“, mein Mann ist die Fraktion „Vollkornbrot und Käse“. Auf die Idee, "Biscuits and Gravy" zum Frühstück zuzubereiten, bin ich also nie gekommen. Stattdessen gibt's dieses traditionelle Südstaatengericht bei uns mit einem Salat zum Abendessen. Alternativ bereite ich nur die Biscuits zu und bestreiche sie zum Frühstück (typgerecht) mit... Honigbutter! Oder ich arbeite ganz vorsichtig 100 g gefrorene Blaubeeren in den Teig und habe tolles Gebäck zum Kaffee am Nachmittag. Diese Mahlzeit kennen sie in den USA ja gar nicht – aber das ist dann halt meine Art, US- und deutsche Esstraditionen zu fusionieren. Das Beste aus beiden Welten!

Teig etwa 1,5 cm dick auf der bemehlten Arbeitsfläche flach drücken und mit einer runden Ausstechform (ein Glas tut es auch) Kreise von etwa fünf bis sechs Zentimetern ausstechen. Die Teigreste vorsichtig zusammendrücken und erneut Biscuits formen. Die Teiglinge auf das Backblech setzen und 12 bis 15 Minuten auf der 2. Schiene von unten hellbraun backen.

In der Zwischenzeit die Sauce zubereiten: Bratwurst aus der Pelle drücken und grob mit Zwiebel und Salbei vermengen. Eine schwere Pfanne erhitzen und die Bratwurstmasse darin bei mittlerer Hitze krümelig braten, bis das Fleisch nirgendwo mehr rosa ist. Aus der Pfanne nehmen, das ausgetretene Fett bis auf 3 EL entfernen (bzw. sonst mit Butter ergänzen) und das Mehl hineingeben. Mit einem Schneebesen gut durchrühren und zwei Minuten braten. Dann nach und nach die Milch dazu geben und köcheln, bis sich eine glatte Sauce ergibt - eventuell mehr Flüssigkeit verwenden.

Die Wurstkrümel wieder dazu geben, aufkochen und mit Salz (wenig) und Pfeffer (reichlich) abschmecken. Warme Biscuits (je 2 Stück) mit Sauce servieren.

CINNAMON POTATO ROLLS

DIE ALLERBESTEN ZIMTSCHNECKEN



„Und welches Rezept hast du selbst am häufigsten von deinem Blog gekocht?“ Finde den Fehler – genau, gekocht. Ich ordne mich nämlich eindeutig ins #teambacken ein. Und dementsprechend habe ich zwar ganz viele Lieblingsrezepte, aber das hier habe ich wohl am häufigsten gemacht – Cinnamon Potato Rolls. Diese Zimtschnecken mit Kartoffeln im Teig sind die fluffig-softesten (ist das ein Wort?), die bisher meinen Backofen verlassen haben. Und quasi jeden Club, Stammtisch, Familientreff begeistert haben, wohin ich sie mitgenommen habe. Die Cinnamon Potato Rolls sind wirklich unglaublich locker und (ha, gutes Gewissen!) nachhaltig, weil ihr darin zwei bis drei übrig gebliebene Salzkartoffeln vom Vortag verwenden könnt. Oder sogar einfaches Kartoffelpüree, wenn’s nicht gerade die Käse- oder Knobivariante ist. Die Stärke aus den Kartoffeln sorgt dafür, dass der Teig so schön fluffig wird, die Kartoffeln schmeckt man nicht.

C I N N A M O N P O T A T O R O L L S

Diese Zimtschnecken mit Kartoffeln im Teig sind eines meiner Lieblingsrezepte von USA-K.
Unglaublich locker und lecker – und gleichzeitig clevere Resteverwertung!



METHOD
BACKOFEN



TIME
30 MINUTEN
+ GEHZEIT



SERVING
16 STÜCK



DIFFICULTY
6/10

ZUTATEN

Für den Teig:

- 1 Würfel Hefe, frisch (42 g)
- 125 ml Milch, höchstens lauwarm
- 2 EL Zucker
- 150 - 200 ml Buttermilch
- 1 Ei
- 1/2 TL Salz
- 150 g Kartoffelpüree vom Vortag (oder 150 g gekochte Kartoffel, kalt oder lauwarm, durchgepresst)
- 60 g Butter, geschmolzen
- 675 g Mehl

Für die Füllung:

- 2 - 3 EL Rübengraut (Grafschafter Goldsaft) oder Ahornsirup
- 75 g Butter
- 1 - 2 TL Zimt
- 4 - 5 EL brauner Zucker, gehäuft
- 100 g Pecan-Nüsse, grob gehackt (alternativ Walnüsse)

Für das Frosting:

- 200 g Frischkäse
- 3 - 4 EL Puderzucker, gehäuft

ZUBEREITUNG

Hefe in der Milch auflösen, Prise Zucker einrühren. Masse 15 Minuten stehen lassen, bis sie blubbert. Mehl in eine große Schüssel sieben, restliche Zutaten und restlichen Zucker dazugeben. Hefemilch darübergießen und alles zu einem glatten, weichen Teig verkneten.

Zu einer Kugel formen, zurück in die geölte Schüssel geben, einmal durchschwenken. Mit einem Geschirrtuch abdecken und ein bis zwei Stunden gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

In der Zwischenzeit Rübensirup und Butter in einem Töpfchen schmelzen, gut verrühren und wieder etwas abkühlen lassen. Eine große eckige Backform (25 x 35 cm, 30 x 40 cm) oder zwei kleine Springformen (24 cm) fetten.

Den gegangenen Teig zusammenkneten und zu einem großen Rechteck ausrollen, etwa einen halben Zentimeter dick. Die Butter-Sirup-Mischung darauf pinseln, dick mit Zucker, Zimt und Nüssen bestreuen. Von der langen Seite her aufrollen, in etwa zwei Zentimeter dicke Scheiben schneiden und diese mit etwas Abstand auf der Schnittseite in die Formen setzen. Formen in Plastiktüten stecken und 30 bis 60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen sichtbar vergrößert hat.

Den Backofen auf 200 Grad vorheizen (Umluft 180 Grad). Die Zimtschnecken etwa 20 bis 25 Minuten backen. Noch heiß mit dem Frosting (einfach Frischkäse und Puderzucker kurz verrühren) bestreichen.

BUTTERMILCH-TIPP

Habt ihr keine Buttermilch, verquirlt ein bis zwei Esslöffel Zitronensaft mit 180 ml Milch.

PP-TIPP

Man kann prima gleich die doppelte Menge zubereiten und (nur mit etwas Sud) einfrieren. Zum Servieren dann das aufgetaute Fleisch in BBQ-Sauce erhitzen.



PULLED PORK

S Ü D S T A A T E N & B A R B E C U E M A D E E A S Y

Das Konzept „Fleisch garen, bis es in Fasern zerfällt“ kennt heute jedes Kitakind in Prenzlberg – wenn es nicht gerade vegane Eltern hat (dann kennt es immerhin Pulled Jackfruit). Doch die Südstaaten-Spezialität kam erst (war's um die Jahrtausendwende?) mit dem BBQ-Trend nach Deutschland und wurde anfangs argwöhnisch beäugt. Von mir auch: Totgegarter Schweinenacken? Im Ernst jetzt? Ja. Ist supersaftig, würzig, wenn auch nicht ganz einfach herzustellen, wenn man es authentisch möchte. Wer keinen Smoker hat, nimmt den Slowcooker oder Backofen, für den Rauchgeschmack sorgt dann die Sauce allein.



METHOD
BACKOFEN



TIME
240 MINUTEN



SERVING
8 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUTATEN

1,5 kg Schweine-Nackenbraten

Für den Cajun-Rub:

- 1 EL geräuchertes Paprikapulver (bei den Spanienprodukten, sonst Paprika edelsüß)
- 1 TL Chiliflocken (oder weniger, wenn Ihr es nicht gerne scharf mögt)
- 1 TL Knoblauchgranulat
- 1 TL Zwiebelgranulat
- 1/2 TL Pfeffer
- 1/4 TL Oregano, getrocknet
- 1 TL Salz
- 1 EL brauner Zucker

Zum Garen:

- 2-3 EL Öl zum Braten
- 1 Gemüsezwiebel, in Ringen
- 150 ml Apfelsaft
- 25 ml Apfelessig

Sonstiges:

- 300 - 400 ml Barbecuesauce
- 8 Baguettebrötchen
- Pickles oder Cole Slaw

ZUBEREITUNG

Bitte beachten: Zubereitung beginnt am Vortag!

Alle Zutaten für den Gewürz-Rub gut vermengen und das Fleisch damit gründlich einreiben. In einen Plastikbeutel geben, diesen gut verschließen und über Nacht im Kühlschrank lagern.

Am nächsten Tag Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Öl in einem schweren Bräter erhitzen und den abgetupften Braten darin bei mittelhoher Hitze von allen Seiten schön braun braten. Fleisch aus dem Topf nehmen, die Zwiebelringe hineingeben und kurz anschwitzen. Flüssigkeit angießen, das Fleisch hineinsetzen und dünn mit BBQ-Sauce bestreichen. Deckel aufsetzen.

Bräter auf die 2. Schiene von unten in den Ofen schieben und drei bis dreieinhalb Stunden garen. Deckel abnehmen, Braten mit einigen Esslöffeln Sauce bestreichen und etwa 1 bis 1,5 Stunden weiter garen, bis das Fleisch ganz weich ist (eine Nadel sollte sich ohne Widerstand einstechen lassen).

Fleisch aus dem Sud nehmen, in Alufolie schlagen und eine halbe Stunde ziehen lassen.

Dann mit der Gabel zerzupfen und mit Barbecuesauce vermengen.

Brötchen aufbacken, durchschneiden und mit Fleisch belegen sowie Pickles oder Cole Slaw obenauf geben. Sofort servieren.

Zubereitung im Slowcooker: Fleisch nicht anbraten, mit Zwiebel und Flüssigkeiten etwa sieben Stunden auf Stufe HIGH garen (dabei idealerweise einmal wenden), bis das Fleisch weich ist.

CHEESE BURGER SUPPE

Geständnis: Ich esse nur selten Burger.

Das ganze Konstrukt ist mir zu maulsperrig, das Brötchen zu magenstopfend, und eigentlich bieten Speisekarten IMMER andere Gerichte, die mich mehr locken. Dabei finde ich die Aromen und Komponenten von Burgern grundsätzlich sehr lecker – und bin daher glücklich, die nun in einer familiengerechten Suppe gefunden zu haben. Hack, Zwiebeln, Tomaten, die leichte Säure der Gurken zusammen mit der salzigen Käsenote, dazu Burgerbrötchen. Oder halt: Für mich lieber ohne Brötchen...



C H E E S E B U R G E R S U P P E

ZUTATEN

Für die Suppe:

1 EL Öl
500 g Rinderhack
1 Zwiebel, fein gehackt
2 Knoblauchzehen, zerdrückt
800 ml Rinderfond oder Gemüsebrühe
(auch aus Instant)
400 g mehlig kochende Kartoffeln, in
cm-großen Würfeln
1 Dose Pizzatomen (400 g)
70 g Tomatenmark
1 TL Honig
50 ml Gurkenbrühe
1 EL Senf
125 ml Sahne
Salz, Pfeffer
100 g Cheddar, gerieben

Als Toppings:

gehackte Gurken, gehackte Zwiebeln,
geriebener Cheddar

Zum Servieren:

3 Hamburgerbrötchen, halbiert,
getoastet



METHOD
HERD



TIME
30 MINUTEN



SERVING
6 PORTIONEN



DIFFICULTY
3/10

*Für eine Luxusversion buttert ihr die Schnitthälften der
Brötchen, streut Knoblauchpulver und geriebenen Käse
auf und schiebt das Ganze kurz unter den Grill*

ZUBEREITUNG

In einem ausreichend großen Topf das Öl erhitzen. Hack,
Zwiebeln und Knoblauch hineingeben und bei mittelhoher
Hitze unter Rühren braten, bis das Hack nicht mehr rosa ist.

Alle restlichen Zutaten (bis auf den geriebenen Käse)
hinzugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gut
umrühren.

Deckel aufsetzen und auf mittlerer Stufe etwa 20 - 25
Minuten garen, bis die Kartoffeln weich sind. Den Käse
eintrühren.

Brötchen halbieren und toasten. Suppe mit Gurken- und
Zwiebelwürfeln und weiterem Käse (optional) servieren, die
Brötchen dazu reichen.



SWEET AND SOUR FISH

S C H M E C K T W I E V O M C H I N E S E N

Das Rezept für Sweet and Sour Fish stammt aus einem Asia-Kochbuch (im Hintergrund zu sehen), das mir meine chinesisch-koreanischen Gasteltern 1986 zum Abschied von Hawaii schenkten. Das Rezept war eines der wenigen, das ich nach meiner Rückkehr nach Deutschland tatsächlich meinen deutschen Freunden und Familienmitgliedern präsentieren konnte – hallo, es war 1986, und in Westfalen gestaltete sich selbst die Beschaffung von Sojasauce schwer. Von fermentierten schwarzen Bohnen, Erdnussbutter, Kokosblütenzucker, Klebreis oder Misopaste wollen wir gar nicht erst reden. Das Rezept lege ich euch sehr ans Herz: Die Sauce schmeckt wirklich wie beim „Chinesen“, und es funktioniert auch mit Geflügel oder Shrimps. Die muss man nicht mal durch Backteig ziehen, sondern einfach nur pfannenrührbraten.

ZUTATEN

500 g Fischfilet (Seelachs, Kabeljau),
in 1,5cm großen Würfeln
200 ml Öl zum Ausbacken
1 Zwiebel, groß, geachtelt
1 Knoblauchzehe, gestiftelt
2 Möhren, in Scheibchen
je 1 rote und grüne Paprikaschote, in
Streifen
150 g Ananasstücke aus der Dose (Saft
abgießen und auffangen)

Für den "Backteig":

1 Ei
75 g Speisestärke
1 EL Sojasauce

Für die Süßsauer-Sauce:

300 ml Wasser
90 g Zucker
90 g heller Essig
100 g Ketchup
1 EL Sojasauce
30 g Speisestärke
Sambal Oelek oder Sweet Chili Sauce
nach Geschmack



METHOD
HERD



TIME
30 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUBEREITUNG

Zunächst den Backteig herstellen: Speisestärke, Ei und etwas Wasser zu einem dickflüssigen Teig rühren, mit etwas Sojasauce würzen. Ebenso in einer separaten Schüssel alle Zutaten für die Süßsauer-Sauce verquirlen. Backofen auf 90 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Das Öl in einem Wok oder einer tiefen Pfanne hoch erhitzen. Fischstücke in den Backteig geben, gut abtropfen lassen und im Öl portionsweise schnell braun backen. Herausnehmen und im Ofen warm stellen.

Das Öl bis auf 2 EL aus der Pfanne abgießen. Bei hoher Hitze Zwiebeln, Knoblauch und Möhren zwei Minuten unter Rühren braten, dann auch die Paprikaschoten dazu geben und zwei weitere Minuten braten. Saucenansatz dazu schütten.

Wenn die Sauce kocht und andickt, auch die Ananas miterhitzen. Ist die Sauce zu dick, mit Ananassaft aus der Dose verdünnen. Erst zuletzt den Fisch hinzugeben oder ganz separat servieren.

SWEET POTATO SKINS

Inzwischen liegen Süßkartoffeln in jedem Discounter-Gemüseregal (glücklicherweise!). Aber ich (und die älteren Mitleser*Innen hier) erinnern sich vermutlich noch daran, dass man die beim Gemüsehändler bestellen musste, dafür zur nächsten Metro fuhr oder Bezugsquellen im ehemaligen Forum von USA-K austauschte: „Real hat im Moment welche!“ Heute dagegen gehören die cremig-süßlichen Sattmacher zum kulinarischen Standardprogramm jedes Burgerrestaurants (schmecken Süßkartoffelpommes nicht so viel geiler als jede normale Pommes??) – und erst recht zu meinem. Ich mag den milden Geschmack und ihre Vielseitigkeit. Noch dazu sind Süßkartoffeln reich an Kalium und Ballaststoffen und verursachen trotz ihrer Süße nur geringe Schwankungen im Blutzuckerspiegel. Das habe ich gelernt bei einer Pressereise, zu der die North Carolina Sweet Potato Commission 2018 eine Gruppe Foodblogger*Innen in die Heimat der Süßkartoffel eingeladen hatte. Genau – nach North Carolina! Meine erste Bloggerreise, an die ich supergerne zurückdenke...



SWEET POTATO SKINS



METHOD
BACKOFEN



TIME
60 MINUTEN



SERVING
2 PORTIONEN



DIFFICULTY
4/10

ZUTATEN

2 Süßkartoffeln, groß

20 g Butter, weich

100 g saure Sahne

100 g Cheddar, gerieben (pikant, oder alter Gouda)

Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Süßkartoffeln waschen. Mit einer Gabel einpieksen, mit Schale etwa 30 bis 40 Minuten (je nach Größe) im Backofen bei 200 Grad gar backen, etwas abkühlen lassen.

Die Kartoffeln quer halbieren. Das Innere mit einem Löffel so heraus kratzen, dass eine etwa 1/2 bis 1 cm dicke "Schale" übrig bleibt. Diese von außen mit etwas weicher Butter einpinseln.

Das übrig behaltene weiche Innere der Süßkartoffel mit saurer Sahne und der Hälfte des Käses zu einem Brei zerdrücken, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Püree in die "Schalen" verteilen, restlichen Käse obenauf streuen. Unter dem Ofengrill bei 225 Grad (oder auf der zweitobersten Schiene bei Ober-/Unterhitze) überbacken, bis der Käse schmilzt und leicht braune Spitzen hat.



KARTOFFEL-TIPP

Das Rezept funktioniert auch wunderbar mit "normalen" Kartoffeln. Die haben allerdings eine etwas längere Garzeit.

SPICY SALMON BOWL

M A H L Z E I T S A L A T

Nee, ich kann nicht nur Retro-Food, High Carb und zuckersüß. Auch wenn's nicht so den Anschein hat – ich esse eigentlich ziemlich gesund, wenig Fleisch und viel Gemüse. Nur so ist es möglich, dass ich nach 25 Jahren Foodbloggen, ungezählten Cookies und Cheesecakes sowie Köstlichkeiten wie Chili Fries noch durch handelsübliche Türen passe. Die Mischung (und die Menge) macht's, und so gibt's bei mir oft auch Mahlzeitsalate. Huch, das heisst inzwischen ja „Bowl“, und die Zutaten werden nicht gemischt, sondern hübsch geordnet angerichtet. Des Kaisers neue Kleider – aber in jedem Fall lecker!

ZUTATEN

200 g Vollkornreis oder Reismudeln

Für die Quick Pickles:

4 EL Reisessig (oder normaler Essig)

1 EL Zucker

½ TL Salz

1 EL Sesamöl

1 rote Zwiebel, in feinsten Ringen

1 Salatgurke, in Scheiben

Für den Fisch:

4 Lachsfilets (je 150 g, TK, aufgetaut)

2 EL Sojasauce

2 EL Olivenöl

1 EL Honig

1 EL Zitronensaft

1 Knoblauchzehe, zerdrückt

Für die Sriracha-Mayonnaise:

4 EL Mayonnaise

1 EL Sriracha (oder entsprechend andere scharfe ChilisaUCE)

Zum Servieren:

1 Möhre, groß, geschält und grob geraffelt

1 Avocado, geschält, halbiert, in Scheiben

½ Bund frischer Koriander



METHOD
AIRFRYER



TIME
30 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUBEREITUNG

Reis oder Nudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser garen, abgießen, zum Abkühlen beiseite stellen.

Für die Quick Pickles Reisessig, Zucker und Salz verrühren, bis sich alles gelöst hat. Dann das Sesamöl darunter schlagen. Einen Esslöffel der Flüssigkeit über die Zwiebelscheibchen geben, den Rest in einer weiteren Schüssel mit den Gurkenscheiben vermischen. Alles kalt stellen.

Die Fischfilets auftauen lassen und trocken tupfen. Die Heißluftfritteuse auf 200 Grad (alternativ den Backofen auf 225 Grad Ober-/Unterhitze) vorheizen. Sojasauce mit Olivenöl, Honig, Zitronensaft und Knoblauch zu einer Marinade verrühren und den Fisch damit von beiden Seiten bepinseln. Je nach Dicke des Filets etwa acht bis 10 Minuten (Air Fryer) oder 15 bis 20 Minuten (Backofen) garen, bis sich der Fisch ganz leicht mit einer Gabel zerteilen lässt.

In der Zwischenzeit Mayonnaise mit scharfer Sauce verrühren. Reis oder Nudeln auf vier tiefe Teller verteilen, die abgetropften Gurken und Zwiebeln abwechselnd mit Möhren und Avocado rundum anordnen. Etwas von dem Dressing der Gurken obenauf träufeln.

Fisch obenauf legen, mit scharfer Mayo und Korianderblättchen garnieren und sofort servieren.



SPAR-TIPP

Bei mir ist diese Bowl meist kreative Resteverwertung: Ich nutze übrig gebliebene Pasta oder Reis dafür, ebenso wie den Inhalt der Gemüseschublade im Kühlschrank. Denn auch Eisbergsalat, Rucola, Paprika oder Broccoli passen gut.



SANDWICH-TIPP

Die Zubereitung funktioniert auch gut auf einer Plancha oder Feuerplatte.

PHILLY CHEESE STEAK

Geständnis: Genauso selten wie Burger (siehe Seite 14) esse ich Steak. Selber braten ist immer so eine Sauerei (diese Spritzer!) und das Treffen des Garpunktes ein Glücksspiel, weil mir die Erfahrung fehlt. Bevor ich z.B. ein teures Stück Filet ruiniere, kaufe ich lieber einen etwas günstigeren Zuschnitt wie Hüfte. Und dann gibt's dieses Steaksandwich, wo mögliche leichte Zähigkeit durch hauchdünnes Aufschneiden und einen Haufen Topping verborgen wird. Gewusst wie!



METHOD
HERD



TIME
25 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUTATEN

4 Baguettebrötchen
2 Rinder-Hüftsteaks
4 EL Öl
1 Gemüsezwiebel
1 Paprikaschote, grün
200 g Champignons
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
Salz, Pfeffer, Cayennepfeffer
4 Scheiben Cheddar-Schmelzkäse oder
alternativ 100 g geriebener Cheddar
Ketchup, Senf, Mayonnaise nach Geschmack

ZUBEREITUNG

Steak für 20 bis 30 Minuten in den Froster packen. Währenddessen das Gemüse vorbereiten – Paprika und Zwiebeln in schmale Schnitze schneiden, die Pilze in sehr dünne Scheiben. Brötchen toasten und quer halbieren.

Rindfleisch mit einem sehr scharfen Messer in dünnste Scheiben schneiden, beiseite stellen.

2 EL Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen, darin Paprika, Pilze, Zwiebeln und Knoblauch etwa fünf Minuten hellbraun und gar braten. Mit Salz und Pfeffer sowie etwas Cayennepfeffer würzen, aus der Pfanne in eine kleine Schüssel geben und warm halten.

Restliches Öl in die Pfanne geben und diese sehr hoch erhitzen. Das Fleisch hineingeben und bei starker Hitze sehr rasch braun und gar braten, dabei häufig auseinanderzupfen. Salzen und pfeffern. Das Gemüse dazugeben, alles durchrühren und in die vorbereiteten Brötchen füllen, Käse auflegen und schmelzen lassen.

Sofort servieren, Senf, Ketchup und Mayonnaise nach Belieben dazu stellen.



COLE SLAW

BESTE BEILAGE ZU GRILLFLEISCH

Wenn ihr schon mal in den USA in Urlaub wart, kennt ihr diesen Salat: Ein milder, süß-säuerlicher Kohl-Karotten-Salat mit Majodressing. Es gibt ihn zum Beispiel beim Hard Rock Cafe, Kentucky Fried Chicken und anderen Franchise-Restaurants. Cole Slaw einigermassen wie in den Staaten hinzubekommen, war eines meiner ersten Ehrgeizprojekte – gelungen ist es mir dann mit einem Rezept von Todd Wilbur, der in seinen „Top Secret Recipes“-Kochbüchern Gerichte aus US-Restaurants nachkochte. Allerdings habe ich dann doch erheblich weniger Zucker genommen – so süß mag ich süß-säuerliche Beilagen nicht!



METHOD

--



TIME

30 MINUTEN



SERVING

8 PORTIONEN



DIFFICULTY

2/10

ZUTATEN

1/2 Weißkohl, feinst gehackt

Salz, Pfeffer

3 Möhren, feingeraffelt

200 ml Mayonnaise

3 EL weißer Essig

3 EL Zucker

2 EL Milch

ZUBEREITUNG

Weißkohl mit Salz und Pfeffer in einer Schüssel etwas „durchkneten“, Möhren dazu geben.

Alle Soßenzutaten sehr gründlich verrühren und s süß-sauer abschmecken. Über den Salat geben und gut mischen.

Cole Slaw einige Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen, ideal sind 12 Stunden.

SLAW-TIPP

Bitte hackt den Kohl sehr fein – gut geht das im Tupper Magic Chef oder in der Küchenmaschine. Grobe Stücke stören das Essvergnügen dagegen gewaltig – ganz abgesehen davon, dass die vom Burger Bun mit Pulled Pork immer herunter purzeln.



SPARE RIBS

W I E V O N T O N Y R O M A S

Hier ein weiteres Rezept aus der immens beliebten „Copy Cat“-Kategorie auf dem Blog: Spare Ribs, wie es sie bei Tony Romas gibt. Ähem. Geben soll. Dem Vernehmen nach. Denn, räusper, ich mag kein Fleisch am Knochen und habe demzufolge bei Tony Roma (und auch sonst nirgends) Rippchen gegessen. Ja, die Sauce habe ich verkostet und fand sie lecker, ansonsten musste ich mich dann mal auf das Urteil meines Mannes und später das der Leser verlassen. Die konnten zwar auch nicht unbedingt was zur Authentizität sagen, fanden die Spare Ribs aber sehr, sehr gut – das muss dann mal reichen...



METHOD
BACKOFEN



TIME
240 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUTATEN

2 Kilo Schälrippchen

Für die Sauce:

200 ml Ketchup

200 ml Weisswein- oder Apfelessig

100 ml flüssiger heller Honig

2 TL Zucker

1/2 TL Salz

je 1/2 TL Knoblauch- und

Zwiebelgranulat (nicht Salz!)

Tabasco nach Geschmack

ZUBEREITUNG

Alle Soßenzutaten verrühren und bei milder Hitze auf dem Herd 25 bis 30 Minuten einköcheln lassen.

Backofen auf 150 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Rippchen in Portionen teilen (drei bis sechs Knochen), mit einem Teil der Sauce bestreichen und in Alufolie wickeln. Die einzelnen Päckchen auf einen Rost legen, so dass nichts auslaufen kann, und zwei bis drei Stunden braten (je nach Dicke), bis das Fleisch sehr weich ist.

Zum Ende der Garzeit (Backofen-)Grill vorheizen, die Rippchen aus der Folie nehmen, mit der restlichen Sauce bepinseln und auf dem Rost von beiden Seiten sehr braun grillen. Oder die Backofentemperatur erhöhen und im Ofen braun braten.

BAKED CHILI

BRINGT MAISBROTTBEILAGE GLEICH MIT



BAKED CHILI

Bread ist nicht gleich Brot. Amerikanisches Corn Bread – und auch Banana Bread oder Zucchini Bread – haben mit Brot im europäischen Sinne nichts, aber auch gar nichts zu tun. Ich hab's der Leserin, die sich über dieses Rezept beschwerte („Das Brot ist nicht richtig aufgegangen, und der Teig war total pampig!“) so erklärt: Bread ist in diesem Fall Quick Bread, also eine Art Rührteig ohne Kneten und erst recht ohne Hefe. Als süßsalzige Beilage gehört Corn Bread in den Südstaaten zu Chili unbedingt dazu – siehe Foto rechts. In diesem Fall wird sogar beides gleichzeitig gegart. Das gelingt im Backofen und noch besser im Dutch Oven.



ZUTATEN

Für das Chili:

- 3 EL Schmalz oder Öl
- 1 kg Rinderhack
- 1 grüne Paprikaschote, in Streifen
- 2 Zwiebeln, grobgehackt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 1 EL Chilipulver (mehr oder weniger nach Geschmack)
- Salz und Pfeffer
- 2 Dosen Kidneybohnen, abgossen
- 2 kl. Dosen Tomaten, zerdrückt
- 2 Tomaten, feingehackt
- getr. Oregano, Kreuzkümmel, Tabasco

Für die Maisbrot-Kruste:

- 150 g Maismehl
- 250 g grobes Maismehl (Polenta)
- 1 TL Backpulver
- 1 TL Zucker
- 1/2 TL Salz
- 2 Eier
- 250 - 260 g Buttermilch



METHOD
HERD &
OFEN



TIME
30 MINUTEN



SERVING
8 PORTIONEN



DIFFICULTY
5/10

ZUBEREITUNG

Schmalz oder Öl erhitzen, Hackfleisch, Zwiebeln und Knoblauch darin braten, bis das Hack nicht mehr rosa ist. Salzen und pfeffern. Paprika und Tomaten mit Gewürzen dazu geben, abschmecken.

Das Chili 30 Minuten sanft bei offenem Topf köcheln lassen, es sollte ziemlich dickflüssig sein.

Chili in eine große Auflaufform oder zwei feuerfeste Pfannen geben, den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

In einer Schüssel Mehl, Maismehl, Backpulver, Zucker und Salz vermischen. Eier und Buttermilch dazugeben und alles zu einem zähflüssigen Teig verrühren. Den Teig über das Chili streichen, nicht bis ganz an den Rand.

Auflauf etwa 20 - 25 Minuten backen, bis die Maisbrotkruste goldbraun ist.



TIPP
Ich habe zur Zubereitung einen 9-er Dutch Oven benutzt. Das Rezept funktioniert mit denselben Zeiten in einem schweren, großen Bräter auf dem Herd.



JAMBALAYA

S Ü D S T A A T E N - R E I S G E R I C H T

Allen, die Gelegenheit hatten, dort mal zu kochen / essen, steht jetzt Pipi in den Augen: Das Outlawcamp Dinslaken musste leider einer Bahnstreckensanierung weichen. Doch mehr als zehn Jahre war die private „Westernstadt“ von Big’ol Rolf ein gefeierter Treffpunkt der „Authentiker“ – Westerninteressierter, die sich hobbymäßig kleiden wie Pioneer*Innen und auch so kochen, nämlich auf dem Feuer mit Gusseisen. Rolf lud mich einfach mal dorthin ein – so von USA-Fan zu USA-Fan – und erklärte mir die qualmende, zischende Wunderwelt des Outdoor-Kochens. Was habe ich das Fachsimpeln und Mottokochen (Cowboy Cooking, TexMex, Crawfish Boil, Gran’ol South) genossen – und erst das Essen! Zum Beispiel dieses Jambalaya, sozusagen die Paella der Südstaaten. Das würzige Reisgericht lässt sich mit vielen Fleischsorten zubereiten, auch mit Ente, Schwein – oder Alligator. Aber da bin ich raus...

ZUTATEN

600 g Hähnchenbrustfilet oder entbeinte Schenkel
1 EL Cajun-Gewürz (fertig oder selbst gemacht aus Salz, Pfeffer, Paprika, Chilipulver, getr. Thymian, Knoblauch- und Zwiebelgranulat)
100 g Chorizo, scharf, in Scheibchen
50 g Räucherspeck, gewürfelt
2 EL ÖL
1 Gemüsezwiebel, in Würfeln
2 Knoblauchzehen, in Stiften
2 grüne Paprika, in Streifen
4 Selleriestangen, in Scheiben
500 g Langkornreis, parboiled
1,2 l Hühnerbrühe (selbst gekocht oder aus Brühwürfeln)
1 Dose Tomatenstücke, 400 g
Salz, Pfeffer, Tabasco

Zum Garnieren:

1/2 Bund Petersilie, gehackt
2 Frühlingszwiebeln, in Ringen

Optional:

250 g Shrimps, geschält, vorgegart



METHOD
DUTCH
OVEN



TIME
60 MINUTEN



SERVING
8 PORTIONEN



DIFFICULTY
6/10

ZUBEREITUNG

Hähnchenfleisch in mundgerechte Stücke schneiden, mit Cajungewürz mischen und einige Stunden ziehen lassen.

Am besten mit einem Anzündkamin genügend Holzkohlenbriketts (Inchzahl des Topfes mal zwei) sehr gut vorglühen. Den Dutch Oven auf die Kohlen setzen, Öl hineingeben und Fleisch, Wurst und Speck darin gut anbraten.

Zwiebeln, Knoblauch, Paprika und Sellerie dazugeben und einige Minuten unter Rühren glasig braten. Brühe und Tomaten angießen, salzen, pfeffern und nach Geschmack mit Tabasco nachschärfen. Gut durchrühren.

Deckel des Dutch Oven aufsetzen, einige Holzkohlenbriketts von unten wegnehmen und obenauf legen. Alles etwa 30 bis 45 Minuten garen. Dabei alle 15 Minuten den Topf etwas rotieren und den Deckel drehen. Dabei unbedingt feuerfeste Handschuhe anziehen, da das Kochgeschirr sehr heiß wird!

Nachdem das Fleisch gar ist, Deckel vorsichtig abheben, Reis zugeben, alles wieder gründlich durchrühren und etwa 20 Minuten fertig garen.

Nach Ende der Garzeit Kohlen abfegen, Deckel abnehmen und alles gut mischen. (Wer Shrimps verwendet, diese jetzt einlegen und fünf Minuten ziehen lassen). Mit Petersilie und Frühlingszwiebeln bestreuen und nach Belieben scharfe Saucen oder Chutneys dazu geben.

BBQ CHICKEN PAN PIZZA

NACH DEM VORBILD VON PIZZA HUT



B B Q C H I C K E N P A N P I Z Z A

Fast Food ist nicht wirklich meins, schon gar nicht das von Burger-Ketten – wieso soll ich Systemgastronomie essen, wenn ums Eck ein kleiner Koreaner, eine Bagelbude mit -zig Aufstrichen, ein Taco-Truck wartet? Meine Ausnahme von dieser Regel: Pizza Hut. Ich liebe die Breadsticks mit Marinara-Dipp und – wenn sie frisch sind – die dicken Pan Pizzas mit knusprigem Rand. Letztere habe ich auch schon sehr erfolgreich nachgebastelt und es dabei geschafft, die Zubereitungszeit für Fast Food auf mindestens zehn Stunden auszudehnen. Aber keine Sorge: Das meiste davon ist Wartezeit, bis der Teig so richtig schön gereift ist. Sonst macht dieses Rezept wenig Mühe, und mit ein paar Tricks gelingt die Pfannenpizza genau so wie ihr sie vom Filialrestaurant kennt. Wichtig ist, dass ihr wirklich schwere Gusspfannen, Dutch-Oven-Deckel oder dunkle Metall-Backformen verwendet – nur so wird der Pizzaboden wirklich knusprig-fluffig.



METHOD

BACKOFEN



TIME

240 MINUTEN



SERVING

2 gr. Pizzen



DIFFICULTY

7/10

ZUTATEN

Für den Teig:

400 g Mehl
3 g Trockenhefe
10 g Salz
250 ml Wasser
2 EL Olivenöl
Mehl zum Bearbeiten
Öl für die Formen

Für den Belag:

1 EL Öl
2 Hühnerbrustfilets
Salz, Pfeffer, Chilipulver
150 - 200 ml BBQ-Sauce (eure liebste
Sorte)
1 Zwiebel, rot, groß, in Ringen
200 g Mozzarella, gerieben

PIZZA-TIPP

Natürlich könnt ihr auch Tomatensauce, Salami, Paprika, Pilze etc. als Belag verwenden. Die Rezeptmenge ergibt 4 kleine oder 2 große Pizzen (24 – 26 cm Durchmesser) – also belegt doch alle unterschiedlich.

ZUBEREITUNG

Bitte beachten: Zubereitung beginnt am Vortag!

Alle Teigzutaten mit einem großen Holzlöffel verrühren, bis sich ein glatter Teig ergibt. In einer großen, verschleißbaren Schüssel (Teig geht noch sehr auf) mindestens acht Stunden kühl stellen (am besten Keller, Abstellraum - falls Kühlschrank, später längere Gezeit einkalkulieren).

Zwei Stunden vor dem Backen den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche in zwei oder vier Portionen teilen. Mit bemehlten Fingern oben zusammen raffen, bis sich eine Kugel ergibt, dann umdrehen (unschöne Seite nach unten) und rund formen.

Backformen mit je einem EL Öl ausstreichen (große benötigen zwei), Teig hineinlegen und mit den Fingern hineindrücken, einen leichten Rand ausformen. Mit Folie bedecken und eine weitere Stunde bei Raumtemperatur gehen lassen.

Für den Belag das Öl erhitzen, Fleisch würzen und von beiden Seiten anbraten. Dann Hitze reduzieren, Deckel aufsetzen und gut 10 Minuten gar braten, dabei einmal wenden. Fleisch mit zwei Gabeln zerzupfen und Barbecuesauce untermischen.

Backofen auf 290 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen - oder auf 250, falls euer Ofen nicht mehr schafft 😊 Einen Rost auf die zweite Stufe von unten schieben. Hühnchen auf den Pizzen verteilen, mit Zwiebelringen und Käse bestreuen.

Formen auf den Rost setzen und 12 bis 15 Minuten (je nach Größe) backen. Boden vorsichtig mit dem Messer anheben und kontrollieren: Ist er noch nicht braun, Formen ein bis zwei Minuten auf den Boden des Ofens setzen und weiter garen.

Ganz heiß servieren und eventuell mit Basilikumblättchen und Parmesan garnieren.



MAC AND CHEESE

NACH JAMIE OLIVER

So bereitet Jamie Oliver in seinem "Amerika-Kochbuch" den uramerikanischen Nudelaufwurf Mac and Cheese zu – mit viel Knoblauch, reichlich Käse und Tomate als Gemüsebeigabe. Ich habe das Rezept adaptiert und adoptiert, ich finde es so etwas interessanter als das nur käsiges US-Original.



METHOD
HERD +
BACKOFEN



TIME
50 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
6/10

J A M I E ' S M A C A N D C H E E S E

Dass man Mac and Cheese überhaupt selbst machen kann, war mir lange nicht bewusst. Ich kannte dieses Nudelgericht nur aus der Gemeinschaftsküche des Colleges, wo meine Roommates Pulver und Pasta aus einer blaugelben Box in Wasser verrührten. Einmal hab ich gekostet und danach einen weiten Bogen um diesen gelben Tapetenkleister gemacht. Wenn schon College Junk Food, dann wenigstens Instant Ramen! Aber irgendwas muss doch dran sein an Mac'n'Cheese, wenn sogar Jamie Oliver eine Version in sein Amerika-Kochbuch (anno 2009) aufnahm. Die hat mich mit ihren „aufgepeppten“ Aromen – ordentlich Knoblauch zum Käse! – so überzeugt, dass ich das bis heute genauso koche.



ZUTATEN

20 g Butter
4 Knoblauchzehen, in feinen Scheibchen
1,5 EL Mehl, etwas gehäuft
2 Lorbeerblätter
500 ml Milch
300 g Hörnchennudeln oder Ellbogen-Makkaroni
4 gr. Tomaten
200 g Cheddar, gerieben
50 g Parmesan, frisch gerieben
Salz, Pfeffer, Muskat, Worcestershiresauce
1 TL frische Kräuter nach Geschmack
(Thymian, Petersilie)
Für die Knusperbrösel:
2 EL Olivenöl
4 EL Paniermehl
einige Blättchen Thymian (optional)

KALORIEN-TIPP

Auch wenn es angesichts der Nudeln, Mehlschwitze und des Käses nicht groß ins Gewicht fällt – wer einige Kalorien sparen möchte, verzichtet auf die Knusperbrösel.

ZUBEREITUNG

Butter in einem Topf schmelzen und aufschäumen, die Knoblauchscheibchen darin glasig dünsten. Das Mehl aufstreuen, ständig rühren und einige Minuten schmurgeln lassen, bis sich alles zu einer glatten Paste verbunden hat und der Knoblauch goldgelb ist. Lorbeerblätter dazu geben, Milch angießen und alles glatt rühren, mit Salz, Pfeffer abschmecken und einige Minuten unter Rühren weiter köcheln lassen. Lorbeerblätter entnehmen.

Nudeln in reichlich Salzwasser al dente kochen und abgießen. Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine passende Auflaufform fetten.

Tomaten entkernen, würfeln, kräftig salzen und pfeffern, mit frischen Kräutern nach Geschmack vermischen. Tomaten, Sauce und 3/4 des Käses über die Pasta geben, alles gut durchmischen und nach Geschmack mit etwas Muskat und Worcestershiresauce abschmecken. In die Form geben, mit restlichem Käse bestreuen und etwa 30 Minuten überbacken, bis die Sauce blubbert und der Käse goldgelb ist.

Für die Brösel Paniermehl im Olivenöl hellbraun rösten, Thymian nach Wunsch dazu geben. Auf den fertigen Auflauf streuen.



SALAT-TIPP

Vor dem Servieren des Salates die Gläser einfach einmal auf Kopf drehen, damit die Sauce überall hinkommt.



COBB SALAD IN A JAR

I D E A L F Ü R S P I C K N I C K

Kennt ihr diese "Seufz"-Momente? Also in der Art: Hach, hätte ich auch gerne, würde ich auch gerne... Während es bei mir oft beim Seufzen bleibt, haben Birgit und Wolfgang aus Münster einen ihrer Träume wahr gemacht: Sie haben sich in den USA einen ausrangierten Schulbus gekauft und ihn zum Wohnmobil umgebaut. Und nun unternehmen sie mit ihrem "Skoolie" Touren - bis zur Nordspitze Dänemarks sind sie schon gekommen. Und bis zu mir! Wir haben bei einem USA-Picknick Reiseerinnerungen ausgetauscht und dabei geschlemmt: Es gab diesen gut transportablen Cobb-Salat, Cookies, Empanadas, Salsa, Chips und Strawberry Lemonade. Alle Rezepte fürs USA-Picknick und mehr zum Skoolie-Projekt findet ihr [hier auf dem Blog](#).

ZUTATEN

Für das Dressing:

8 EL Öl (nach Geschmack mildes Rapsöl oder kräftiges Olivenöl)
4 EL Weißweinessig
2 EL mittelscharfer Senf
2 EL heller, flüssiger Honig
Salz, Pfeffer
1 TL getrockneter Dill

Für den Salat:

je 2 EL Dressing
24 Kirschtomaten, geviertelt
1 Avocado, in feinen Schnitzen
100 g Hähnchenbrustaufschnitt, in Streifen
1/2 Salatgurke, in feine Scheibchen
80 g Blauschimmelkäse, zerkrümelt
1 kleine Romanasalat, geputzt, in Streifen
2 hartgekochte Eier



METHOD
MIXER



TIME
30 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN



DIFFICULTY
3/10

ZUBEREITUNG

Für das Dressing Öl, Essig, Senf und Honig mit einem Pürierstab vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und den Dill einrühren. Nach Wunsch mit 1 - 2 EL Wasser verdünnen, beiseite stellen.

Die Zutaten in vier Schraub- oder Weckgläser schichten: Zunächst 2-3 EL Dressing, dann Tomaten, Avocado, Hähnchen, Gurke, Käse, Romanasalat und je ein halbes Ei in Scheiben.

Gläser verschließen und bis zum Verzehr kalt stellen.

Die Dressingmenge ist reichlich berechnet, wenn Ihr 500-700-ml-Gläser verwendet. Der Rest hält sich im Kühlschrank ein bis zwei Wochen.

HINTERGRUND

Cobb Salad ist ein klassischer us-amerikanischer Sattmacher-Salat mit wenig Grünzeug und vielen Garnituren: Hähnchenbrust, Käse, Speckbrösel, Gurke, hartgekochtes Ei, Tomate und Avocado.

Penny's Produce



Willow Spring, NC
Johnston County

Welcome 

 to our

Patch 

na
ns
orating!

Pumpkins
Best for
and decorating

Your Choice

PUMPKIN PUREE

ZUTATEN

1 kg Kürbis (Sorte egal, ungeputzt gewogen - auch Ausgehöhltes eines Halloween-Kürbisses)

ZUBEREITUNG

Methode 1, auf dem Herd: Den Kürbis schälen (bei Butternut, Halloween, Muskat etc. nötig, bei Hokkaido nicht), entkernen, grobe Fasern entfernen und würfeln. In wenig Wasser im zugedeckten Topf weich garen, das dauert je nach Größe der Stücke etwa 10 bis 20 Minuten. Abgießen und gut ausdampfen lassen.

Methode 2, im Backofen (nicht für ausgeschabtes Fruchtfleisch geeignet): Ungeschälten Kürbis waschen, halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Auf Backpapier legen und bei 180 Grad Ober-/Unterhitze im Ofen backen, bis er weich ist. Das dauert je nach Sorte 30 bis 45 Minuten. Das Fruchtfleisch von der harten Schale kratzen, am besten mit einem Löffel.

Für beide Methoden: Gegartes Fruchtfleisch in eine Schüssel geben und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken oder mit dem Pürierstab pürieren.

Als Beilage mit etwas Butter vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

KUERBIS-TIPPS

Das Kürbispüree lässt sich sehr gut einfrieren, am besten in 200g-Portionen, denn für Gebäck benötigt man oft nur wenig.



METHOD
HERD o.
BACKOFEN



TIME
20 MINUTEN



SERVING
4 PORTIONEN

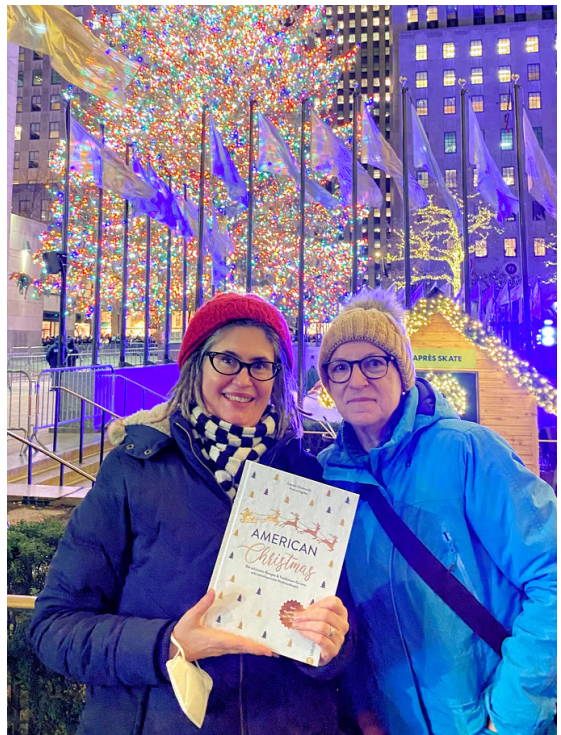


DIFFICULTY
2/10

Bis zu meinem Austauschjahr in den USA kannte ich Kürbis nur süßsauer eingelegt – igit! In den Staaten begegneten mir dann ganz viele neue Kürbissorten und Kürbisgerichte: Pumpkin Pie, Pumpkin Soup, Pumpkin Muffins. Alles lecker und meilenweit entfernt vom mehligem, blassen „deutschen Zentner“. Meilenweit entfernt sind wir in Deutschland aber auch von der Bequemlichkeit, das den Rezepten zugrunde liegende Kürbispüree einfach in der Dose kaufen zu können – also heisst es „selber machen“. Mit Sahne, Salz und Pfeffer wird daraus eine dezent-leckere Beilage, die anderen (süßen) Rezepte mit Kürbispüree findet ihr auf dem [Blog](#).



AMERICAN CHRISTMAS



Mein erstes (aber nicht letztes, psst) Kochbuch mit dem Christian Verlag: American Christmas – ein Kochbuch mit "Kulturbeilage". Petrina erzählt Euch von den schönsten Traditionen rund um den Jahreswechsel (Thanksgiving, Kwanzaa, Hanukkah, Weihnachten, New Years), und ich liefere euch 60 getestete und gelingsichere USA-Rezepte dazu. Schaut mal rein: Das Buch gibt es bei [Amazon](https://www.amazon.de) und natürlich im stationären Buchhandel: [American Christmas](#), Hardcover, 224 Seiten, 60 Rezepte (ISBN 978-3959615952) 29,99 EUR

SOUR CREAM DIP

Hier habt ihr ein ganz typisches USA-Rezept. Aus einem ganz typischen USA-Restaurant, Block House. Falsch! Sour Cream Dip ist nicht typisch Amerika und Block House schon gar nicht. Die Kette wurde vielmehr 1968 in Hamburg von Eugen Block nach dem Vorbild us-amerikanischer Steakhäuser gegründet. Und nach dem Vorbild us-amerikanischer Sour Cream zu Baked Potatoes entstand auch der Block House Sour Cream Dip, den jetzt alle für typisch amerikanisch halten. Dabei ist das Produkt aus den USA fester, fettreicher und kommt eigentlich eher dem deutschen Schmand nahe. Außerdem wird US-style Sour Cream nicht gewürzt, sondern allenfalls gesalzen. So pur landet sie – zusammen mit viel Butter oder vielleicht geraspeltem Käse – auf den Folienkartoffeln (die gar keine Folie brauchen, außer fürs Foto!). Und da haben wir schon das nächste kulinarische Missverständnis...

ZUTATEN

100 g Mayonnaise
100 g Magerquark
100 g Schmand
100 g saure Sahne
1 Knoblauchzehe, durchgepresst
1 Prise Zucker
½ Bund Schnittlauch, in Röllchen
Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten verrühren und mit Salz, Pfeffer, und einer Prise Zucker abschmecken. Gekühlt aufbewahren.



METHOD
--



TIME
5 MINUTEN



SERVING
18 PORTIONEN



DIFFICULTY
1/10



DIPP-TIPP

Dass der Sour Cream Dip nicht original USA ist, bedeutet nicht, dass er nicht lecker ist! Ich esse ihn gern zu Baked (Sweet) Potatoes, zu Kartoffelspalten oder als Dip zu Gemüsestiften.

CHERRY COBLER

L A U W A R M E R O B S T A U F L A U F A L S D E S S E R T



C h e r r y C o b b l e r

Meine allererste Erfahrung mit amerikanischer Küche (also jenseits von McD) war ein Kirsch-Cobbler. Warme Früchte in süßem Teig: Das sah für mich seinerzeit aus wie Kuchen ohne Boden und ohne Abkühlen, aber ich war hin und weg. Genossen habe ich das nicht in den USA, sondern in Hannover: Kurz vor dem Abflug zum USA-Austauschjahr hatten wir Stipendiaten uns dort zu einem Partywochenende getroffen. Wir brieten Burger (was sonst?), aber die Gastgeberin kannte eben auch besagten warmen Obstauflauf. Seitdem bin ich diesem Nachtisch verfallen, ob nun mit Teigdecke (Cobbler), Streuseln (Crumble) oder in "versunkener" Form (Buckle). Und egal welche Erntezeit gerade ist: Erdbeeren, Brombeeren, Pfirsiche, Blaubeeren, Äpfel, Birnen – das Prinzip passt immer. Überzeugt euch selbst!



Gesundes Frühstück nach der Party anno 1985: Toast, Kaffee und Zigaretten. Ja, seinerzeit rauchte man selbstverständlich drinnen. Auch im Büro oder Flugzeug.



METHOD
BACKOFEN



TIME
15 MINUTEN



SERVING
6 PORTIONEN



DIFFICULTY
2/10

ZUTATEN

115 g Butter
200 g Mehl
1 TL Backpulver
120 g Zucker
Prise Salz
200 ml Milch
500 g Kirschen (entsteint, frisch oder TK)

ZUBEREITUNG

Den Backofen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Butter in eine große, ofenfeste Form oder vier ofenfeste Portionsförmchen geben, in den Ofen stellen und schmelzen lassen.

Währenddessen Mehl, Backpulver, Zucker, Salz und Milch in einer Schüssel verrühren. Mischung in die gebutterte Ofenform schütten (nicht mischen!) und dann das Obst (TK-Kirschen nicht auftauen lassen) darauf verteilen. Etwa 45 - 50 Minuten im Ofen backen lassen (Portionsförmchen 30 - 35 Minuten), bis die Kruste goldbraun ist.

Noch lauwarm servieren, zum Beispiel mit Vanilleeis (typisch USA) oder Schlagsahne (typisch mein Mann).



BLUEBERRY CREAM PIE

K U N S T A M K U C H E N

Pies sind für mich eines der Highlights der amerikanischen Küche: eine knusprige, fast ungesüßte Teighülle mit einer umso opulenteren Frucht- oder Cremefüllung. Und noch dazu sind Pies echte Schmuckstücke mit ihren dekorativen Rändern, hübsch gelochten Teigdeckeln oder anderen Verzierungen. Ich bin zwar ein Torten-Grobmotoriker – aber Pies kann ich! Trotzdem liste ich euch in dieser Kollektion nicht den modellierten Apple Pie vom Foto oben – sorry, den habe ich für mein nächstes Kochbuch reserviert. Stattdessen lege ich euch den Blueberry Cream Pie ans Herz. Bei dem benötigt ihr „nur“ 400 Gramm Blaubeeren für das volle amerikanische Fruchtpie-Erlebnis!



METHOD
BACKOFEN



TIME
50 MINUTEN



SERVING
12 STÜCKE



DIFFICULTY
8/10

B l u e b e r r y C r e a m P i e

ZUTATEN

Für den Teig:

200 g Mehl
100 g Fett (halb Margarine, halb Palmin Soft
- oder nur Margarine)
1 EL Zucker
1 Prise Salz
1 Ei
4 - 6 EL Eiswasser

Für die Füllung:

400 g Blaubeeren
200 g saure Sahne
100 g Zucker
30 g Speisestärke
2 Eier
abg. Schale einer halben Zitrone

Für die Streusel:

80 g Mehl
50 g brauner Zucker
Prise Zimt
50 g Butter, geschmolzen

ZUBEREITUNG

Für den Pieteig Mehl, Fett, Zucker und Salz in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel so lange zerdrücken und immer wieder wenden, bis das Fett in kleine Partikel (wie kleine, bemehlte Erbsen) zerteilt ist. Dann das Ei und nach und nach das Wasser hinein geben und mit der Gabel rühren, bis der Teig beginnt, einen Klumpen zu bilden. Aus der Schüssel nehmen und kurz (höchstens 3 - 4 mal) durchkneten. Zu einer flachen Scheibe formen, in Folie wickeln und mindestens 30 Minuten kühlen.

Währenddessen die Füllung vorbereiten.

Blaubeeren verlesen, waschen und gut abtropfen lassen. In einer Schüssel saure Sahne, Zucker, Speisestärke, Eier und Zitronenabrieb gut vermengen, beiseite stellen. In einer weiteren Schüssel die Zutaten für die Streusel mit einer Gabel zu feinen Krümeln verarbeiten.

Teig rund ausrollen und eine leicht gefettete Pieform (24 bis 26 cm) damit auslegen, dabei einen zwei bis drei Zentimeter hohen Rand ausformen. Die Blaubeeren in die Teighülle geben und die flüssige Saure-Sahne-Mischung darüber verteilen, glatt streichen. Die Streusel obenauf krümeln. Pie nochmals 30 Minuten kühlen.

Den Backofen auf 175 Grad vorheizen. Den Pie 50 bis 55 Minuten backen. Auf einem Gitter vollständig abkühlen lassen, bevor er angeschnitten wird - lauwarm ist die Füllung noch nicht fest.



PEANUT BUTTER BROWNIES

ZU EHREN VON PRÄSIDENT CARTER



P E A N U T B U T T E R B R O W N I E S

Irgendwann musste es sich ja auszahlen, dass ich meine Kinder und deren Freunde angefixt habe mit Erdnussbutter-Schulbrotchen. Ob's nun die Verdienste um die Verbreitung der Peanut Butter in Deutschland waren oder die doch erhebliche Reichweite des Blogs: Jedenfalls erhielt ich 2019 eine [Einladung von „Peanuts USA“ nach Georgia](#). Gemeinsam mit anderen Bloggern erlebte ich die Erdnussernte und lernte den wohl berühmtesten Erdnussfarmer der Welt kennen: Ex-US-Präsident Jimmy Carter. Was für eine beeindruckende Persönlichkeit, herzlich und engagiert auch im Alter von 94 Jahren! Ihm zu Ehren gibt es in dieser Sammlung ein Erdnussbutterrezept, nämlich meine Lieblingsbrownies: Zwischen den weichen und gar nicht bitteren Schokokuchen mogelt sich eine wunderbare Erdnussbutter-Frischkäse-Schicht. Obenauf sorgen einige gesalzene Erdnüsse (ja, gesalzen, der Kontrast zum süßen Kuchen ist genial!) für etwas Biss.

ZUTATEN

Für die Erdnussbuttermasse:

125 g Frischkäse
150 g Erdnussbutter (crunchy oder glatt)
1 Ei
50 g Zucker
3 EL Milch

Für den Teig:

175 g Butter oder Margarine, geschmolzen
225 g Zucker
3 Eier
175 g Mehl
60 g Backkakao
1 Tütchen Vanillezucker
Prise Salz
1 TL Backpulver

Zum Bestreuen:

1 Handvoll gesalzene Erdnüsse



METHOD
BACKOFEN



TIME
50 MINUTEN



PORTION
12 STÜCKE



DIFFICULTY
4/10

ZUBEREITUNG

Eine Springform (26 - 28 cm) oder eine eckige Backform (25 x 25 cm) mit Backpapier auslegen. Den Backofen vorheizen auf 175 Grad Ober-/Unterhitze (Heißluft 160).

Zutaten für die Erdnussbuttermasse mit dem Mixer cremig rühren, beiseite stellen. In einer zweiten Schüssel Zucker in die geschmolzene Butter rühren, dann nach und nach die Eier. Anschließend Mehl, Kakaopulver, Vanillezucker, Salz und Backpulver unterrühren, so dass sich ein dünner Teig ergibt.

Den Schokoteig in die vorbereitete Form geben, die Erdnussbuttermasse aufkleben und glattstreichen. Eine Gabel leicht spiralförmig durch die Teigschichten ziehen, damit sich eine Marmorierung ergibt. Die Nüsse aufstreuen.

Die Brownies etwa 35 bis 40 Minuten backen. Abgekühlt in kleine Quadrate schneiden.

BROWNIE-TIPP

Diese Brownies sind eher kuchenartig, nicht so teigig – ich mag es lieber so. Wer wirklich klitschige Brownies möchte, kann die Backzeit verkürzen und müsste eigentlich auch (viel) mehr Zucker verwenden.



NEW YORK CHEESECAKE

S U P E R C R E M I G & S U P E R L E C K E R

Cheesecake = Käsekuchen? Nein, auch wenn die wörtliche Übersetzung das vermuten lässt. Amerikanischer Käsekuchen – und da wiederum die Unterart New York Cheesecake – hat keinen Mürbeteig-, sondern einen Kekskrümelboden. Und die Füllung besteht aus vollfetttem Frischkäse, nicht Magerquark. Das macht ihn viel cremiger und milder im Geschmack als den europäischen Vorfahren. Am besten finde ich Cheesecake, wenn es eine Fruchtsauce dazu gibt – mein Favorit ist Blaubeer.



METHOD
BACKOFEN



TIME
60 MINUTEN



SERVING
16 STÜCKE



DIFFICULTY
5/10

ZUTATEN

Für den Teig:

150 g Keks- o. Zwiebackkrümel
2 EL Zucker, Prise Zimt
60 g geschmolzene Butter

Für die Füllung:

800 g Frischkäse
200 g Schmand oder saure Sahne
200 g Zucker
2 TL Vanilleextrakt o. Vanillesirup
4 Eier
2 EL Mehl
50 ml Milch

Für das Topping:

100 g saure Sahne, Erdbeeren,
Fruchtsoßen z.B. Blaubeere

ZUBEREITUNG

Auslaufsichere Springform (24 oder 26 cm) fetten - wer ganz sicher geht, schlägt sie nochmals in Alufolie ein. Alle Teigzutaten mit einer Gabel vermengen, mit den Fingern oder einem Löffel fest in die Form drücken, so dass sich ein regelmäßiger Boden ergibt.

Für die Füllung saure Sahne und Frischkäse mit dem Zucker und dem Vanillesirup glatt rühren, aber nicht luftig schlagen. Die Eier einzeln einrühren und zuletzt das Mehl und die Milch untermischen. Füllung vorsichtig (zum Beispiel über einen Löffelrücken) auf den Teigboden gießen, damit sich die Krümel nicht lösen. Die Füllung ist sehr flüssig, setzt sich aber bald.

Den Kuchen 50 - 60 Minuten bei 160 Grad Ober- und Unterhitze (Heißluft 145) backen. Im Ofen bei leicht geöffneter Tür auskühlen lassen, damit der Cheesecake nicht reißt. Nach dem Auskühlen saure Sahne darüber streichen, mehrere Stunden kalt stellen. Mit Erdbeerscheiben schuppenartig belegen oder Fruchtsoßen darauf geben.

MEHR CHEESECAKES?

Ihr könnt nicht genug bekommen von Cheesecakes? Ich auch nicht! Auf dem Blog findet Ihr [36 weitere Varianten](#), von schokoladig bis frozen!





COOKIE-TIPP

Wenn ihr wisst, welche Vorlieben eure Familie und Freunde haben, ist es ganz leicht, Wunschkekse zum Geburtstag zu backen – verpackt diese am besten schön in kleine Plastiktütchen. In jedem Fall sollten die Cookies dann aber schon ganz ausgekühlt sein.



COOKIE-GRUNDREZEPT

EVERYTHING BUT THE KITCHEN SINK

Das allererste Rezept auf dem Blog (als sich sowas noch „private Homepage“ nannte) waren Chocolate Chip Cookies. Denn die fand ich in meiner USA-Zeit besonders beeindruckend, weil so ganz anders als deutsche

Plätzchen: Viel größer, viel weicher, voller dicker Schokostücke. Und die vielen Varianten erst: Mit Cranberries, Rosinen, Haferflocken, Nüssen! Ein Cookie-Rezept gehört also unbedingt in diese Sammlung – aber welches? Keine einfache Entscheidung bei insgesamt [38 Einträgen in der Cookie-Rubrik](#). Bevor ich jetzt hin und her überlege, mache ich es mir einfach und lasse euch die Wahl: Es gibt ein Cookie-Grundrezept, quasi den Kekse-Baukasten, ihr könnt es nach eurem eigenen Geschmack ergänzen. In jedem Fall werden die Kekse schön weich in der Mitte und knusprig am Rand.



METHOD
BACKOFEN



TIME
45 MINUTEN



SERVING
20-25 STÜCK



DIFFICULTY
5/10

ZUTATEN

Für den Teig:

250 g Butter oder Margarine
250 g brauner Zucker
1/4 TL Salz
2 kleine Eier
1/2 TL Natron
1 TL Backpulver
350 g Mehl

Toppings:

250 bis 300 g insgesamt von folgenden
Zutaten: Nüsse (grob gehackt),
Trockenfrüchte (Rosinen, Cranberries,
Kirschen), Schokolade (hell und/oder
dunkel, in ca. 5mm-großen Stücken),
Mini-M&M's, gehackte Schokoriegel,
gehackte Karamellbonbons

ZUBEREITUNG

Fett, braunen Zucker und Salz einige Minuten mit dem Mixer sehr schaumig rühren, dann die Eier gut unterschlagen. Zuletzt Mehl, Backpulver und Natron nur kurz dazu rühren, bis sich ein glatter Teig ergibt. 2/3 des gewünschten Toppings vorsichtig unterheben. Den Keksteig eine Stunde kühlen.

Den Teig teelöffelweise als Kugeln von etwa 3 bis 4 Zentimetern Durchmesser mit großem Abstand auf ein gefettetes und mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen, mit den restlichen Toppings bestreuen, mit einer Gabel etwas platt drücken.

Backofen auf 190 Grad vorheizen. Die Bleche auf der mittleren Schiene einzeln etwa 12 bis 15 Minuten lang hellbraun backen. Bitte lasst die Cookies nicht zu dunkel werden - das trocknet die Kekse aus und der "chewy" Charakter ist dahin, genauso wenn ihr die Zuckermenge stark reduziert. Ja, diese Kekse sind sehr süß - aber schließlich wollt ihr amerikanische Cookies backen und keine Vollwert-Riegel!

Kekse erst einige Minuten auf dem Blech, dann auf einem Rost auskühlen lassen. Sie werden beim Abkühlen noch etwas knuspriger.



CUPCAKE-TIPP

Natürlich könnt ihr die 16 großen oder 48 Mini-Cupcakes gut für Eure Ehrentage umändern: Lasst die Speisefarbe weg und schon ist der Cupcake ein Schokoküchlein. Die passenden Streusel oder Zahnstocher mit Fähnchen machen zum Beispiel Hochzeits- oder zur Einschulungs-Cupcakes daraus.

RED VELVET CUPCAKES

Der rote Samt, „Red Velvet“, war ursprünglich mal ein rötlicher Farbschimmer im Schokokuchen, entstanden durch die Kombination aus säurehaltigen Zutaten, Kakaopulver und braunem Zucker. Inzwischen sind es beherzte Mengen roter Speisefarbe, am besten Profi-Gelfarbe, damit es auch so richtig knallig wird. Geschätzt wird der klassische Red-Velvet-Rührkuchen vor allem in den Südstaaten, und er schmeckt wie ein Hauch Schokolade mit Vanille und leichter Säure. Hier habe ich mir das Prinzip für Cupcakes ausgeborgt, die mit ihrer Farbe quasi prädestiniert sind für den Blog Birthday: Braunroter Teig, schneeweißes Frosting und Sprinkles in blau und weiß – sieht toll aus, oder?



METHOD
BACKOFEN



TIME
60 MINUTEN



SERVING
16 CUPCAKES
o. 48 Minis



DIFFICULTY
6/10

ZUTATEN

Für die Cupcakes:

300 g Mehl
je 1 TL Natron und Backpulver
1/4 TL Salz
25 g Kakaopulver
2 Eier
200 g Zucker
1 EL Vanillesirup
125 ml Öl
175 ml Buttermilch
1 TL rote Speisefarbe (am besten Gelfarbe, die flüssige färbt nicht genug)

Für das Frosting:

200 g weiße Schokolade
300 g Frischkäse (nicht Joghurt oder Lowfat), Zimmertemperatur
75 g Butter, sehr weich

beliebige Sprinkles zum Verzieren

ZUBEREITUNG

Für den Teig Muffinformen (entweder normal oder mini) mit Papierförmchen auslegen. Beiseite stellen. Ofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Mehl, Backpulver, Natron, Salz und Kakao in einem Schüsselchen vermischen und beiseite stellen.

Eier mit dem Zucker und dem Vanillesirup mit dem Mixer oder der Küchenmaschine sehr schaumig schlagen, vorsichtig Öl, Buttermilch und Speisefarbe einrühren. Mehl-Kakaomischung aufsieben und alles mit dem Schneebesen durchrühren, bis sich ein glatter Teig bildet.

Teig in die Papierförmchen portionieren und Formen auf den mittleren Rost stellen. Backzeit: 13 bis 15 Minuten für die Mini-Muffins, 20 bis 22 Minuten für die normalgroßen Muffins.

Gebäck aus den Mulden nehmen und auf einem Rost auskühlen lassen.

Für das Frosting die weiße Schokolade in einem Töpfchen über dem Wasserbad bei sanfter Hitze schmelzen, danach wieder etwas abkühlen lassen. Den Frischkäse in einer Schüssel mit dem Mixer nur kurz cremig rühren, in kleineren Portionen die geschmolzene Schokolade und die weiche Butter einarbeiten, bis sich ein glattes Frosting ergibt.

Für eine halbe Stunde in den Kühlschrank stellen, damit es etwas fester wird.

Mit einem Spritzbeutel entweder Cremetupfen (Mini-Muffins) oder Cremehauben (große Muffins) auf die Cupcakes spritzen. Mit Gebäckschmuck verzieren.

LIQUID LUST



METHOD
MIXER



TIME
10 MINUTEN



SERVING
8-12
COCKTAILS



DIFFICULTY
1/10



Wenn mir in den Anfangsjahren meiner Homepage jemand prophezeit hätte, dass ich mal fürs Weintrinken bezahlt werde – ich hätte laut gelacht. Doch aus Homepages wurden Blogs und aus Bloggern Influencer, die gerne schon mal Pickelcreme, Sneaker oder Luxushotels bewerben. Bei Pickelcreme und Sneakern bin ich alterstechnisch raus, für Luxushotels habe ich weder das Auftreten noch die Followerschaft (sorry, folks). Aber Wein trinken kann ich! So ergab sich eine langjährige Zusammenarbeit mit namhaften kalifornischen Winzern (Gallo, Apothic, Barefoot, Dark Horse), für die ich Rezepte entwickelt und Weine verkostet habe. Klar – gegen Honorar. Aber so lange ich das transparent kennzeichne, niemanden schleichwerbend veräpple und zu den vorgestellten Produkten stehe, ist es legitim, mit Expertise und Foodbloggen Geld zu verdienen, finde ich. Ich hoffe, Ihr findet das auch – zum Wohl!

ZUTATEN

1 Scheibe (Wasser-)Melone
18 - 24 Blaubeeren
0,2 l weißer Tequila
0,2 l kalifornischer Rotwein,
bevorzugt halbtrocken
0,4 l Cranberry-Saft
50 ml Hibiskus-Sirup oder Cranberry-
Sirup
Eiswürfel

ZUBEREITUNG

Aus der Melone Sterne ausstechen und mit Blaubeeren auf 8 – 12 Zahnstocher spießen, ins Gefrierfach legen.

In einem großen Krug Tequila, Rotwein, Saft und Sirup verrühren, gut kühlen.

Zum Servieren reichlich Eis ins Glas geben, Cocktail aufgießen und mit Fruchtspießen garnieren.

Zum Wohl!

FLAG PIE

Huch, als 26. Rezept darf in diesem Kochbuch natürlich der schöne Obstkuchen vom Titelbild nicht fehlen! Er macht zwar etwas Bastelarbeit (die Verzierung muss ausgeschnitten werden), aber mit etwas Geduld bekommen das auch Backeinsteiger hin. Auf der Webseite (bei usa-kulinarisch.de einfach nach „Flag Pie“ suchen) gibt es eine Schritt-für-Schritt-Anleitung dafür.



ZUTATEN

Für den Teig:

360 g Mehl
1/2 TL Salz
1 EL Zucker
je 100 g Margarine & Palmin Soft, sehr kalt
1 Eigelb
5 – 8 EL Eiswasser

Für die Erdbeer-Füllung:

700 g Erdbeeren, geputzt, in Scheiben
65 g Zucker
45 g Speisestärke

Für die Blaubeer-Füllung:

250 g Blaubeeren
40 g Zucker
1 TL Zitronensaft
15 g Speisestärke

ZUBEREITUNG

Aus den Teigzutaten einen Pieteig zubereiten: Mehl, Salz, Zucker in eine Schüssel geben, kaltes Fett mit einer Gabel so lange hineindrücken und verteilen, bis sich feine Krümelchen (irgendwo zwischen Reiskorn- und Erbsengröße) ergeben. Dann Eigelb sowie Eiswasser löffelweise hinzufügen und mit der Gabel so lange weitermischen, bis der Teig zusammen hält und keine wirklich trockenen Mehlmengen mehr erkennbar sind. Teig nur sehr kurz (ein- bis zweimal) mit der Hand nachkneten.

Den Teig teilen: 2/3 für den Teigboden, 1/3 für die Dekoration obenauf. Den größeren Teigballen rund ausrollen und eine Pieform aus Keramik (28 cm) damit auslegen und einen hohen Rand ausformen. Form kalt stellen.

Die Zutaten für die beiden Fruchtfüllungen mischen. Einen Streifen Alufolie so zurecht biegen, dass man ein Viertel der Pieform damit abteilen kann.

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Blaubeerfüllung in den kleineren Teil des Teigkreises geben, die Erdbeerfüllung in den Rest. Den Folienstreifen vorsichtig wieder herausziehen. Die Pieform auf ein Backblech setzen und etwa 60 Minuten backen, bis die Füllung auch in der Mitte blubbert (das ist wichtig!) und der Rand schön braun ist.

Für die Stars & Stripes-Dekoration zunächst ein Stück Backpapier in der Größe der Pieform ausschneiden. Darauf den Rest des Teiges rund ausrollen. Sechs Streifen und einige Sterne ausschneiden. Die Teigstücke mit etwas Milch bestreichen, mit etwas braunem Zucker bestreuen und das Backpapier auf ein Backblech ziehen.

Das Backblech mit der Teigdeko ebenfalls in den Ofen schieben, bis die Deko hellbraun gebacken ist (etwa 20 Minuten). Dann herausnehmen und beiseite stellen. Teigdeko auf dem heißen Pie platzieren, sobald dieser fertig gebacken ist und aus dem Ofen kommt.

Pie erst anschneiden, wenn er völlig abgekühlt und die Füllung fest geworden ist. Mit Sahne oder Vanilleeis servieren.



METHOD
BACKOFEN



TIME
60 MINUTEN



SERVING
12 STÜCKE



DIFFICULTY
6/10

UMRECHNEN

VOLUMEN



metrisch	cups
60 ml	1/4 cup
80 ml	1/3 cup
120 ml	1/2 cup
240 ml	1 cup

metrisch imperial

5 ml	1 teaspoon
20 ml	1 tablespoon
470 ml	1 pint
950 ml	1 quart
3,8 l	1 gallon

MEHL / PUDERZUCKER

1/8 cup	15 Gramm
1/4 cup	30 Gramm
1/3 cup	40 Gramm
3/8 cup	45 Gramm
1/2 cup	60 Gramm
2/3 cup	75 Gramm
3/4 cup	85 Gramm
1 cup	120 Gramm

BUTTER / ZUCKER

1/8 cup	30 Gramm
1/4 cup	55 Gramm
3/8 cup	85 Gramm
1/2 cup	115 Gramm
2/3 cup	150 Gramm
3/4 cup	170 Gramm
1 cup	225 Gramm

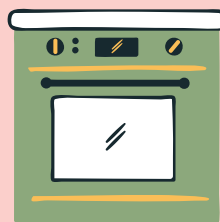
GEWICHT

imperial	metrisch
1/4 oz.....	8 g
1/2 oz.....	14 g
1 oz.....	28 g
10 oz.....	280 g
16 oz (1 lb).....	450 g



TEMPERATUREN

Fahrenheit	Celsius*
250°	120°
300°	150°
350°	175°
400°	205°
450°	230°



STICKS OF BUTTER

1 stick oder 8
tablespoons
entsprechen
120 Gramm.
1 tablespoon sind
15 Gramm.

*bei Heißluft um 15°C reduzieren

WIE (UND WO) ICH MICH IN US-KUECHE VERLIEBTE

VOM PPP (PARLAMENTARISCHES
PATENSCHAFTSPROGRAMM) ZU PP (PULLED PORK)

Gegessen und ungewohntes Essen ausprobiert habe ich immer schon gerne. So malte ich mir (neben anderen Erlebnissen natürlich) ethnische Delikatessen jeglicher Art aus, als ich mich 1985 erfolgreich für ein Bundestagsstipendium in den USA bewarb: New York, Los Angeles, Chicago oder notfalls auch Atlanta oder Miami - here I come!

Ähem, es wurde dann ein Journalism College in einem winzigen Kaff in Wyoming. Wo ich zwar eine großartige Zeit mit tollen Leuten in spektakulärer Natur erlebte, aber mit der College Cafeteria auch eine kulinarische Bruchlandung: Ich sag nur Jell-O-Salad aus Götterspeise und Mayonnaise oder Sloppy Joe, eine Art Tüten-Bolo auf Burgerbrötchen.

Aber dann Hawaii: Ein Bevölkerungsmix aus Asiaten, Polynesiern, Weißen und jedweder Kombination davon. Genauso die Küche: Asia meets Polynesia meets Portugal meets KFC. Diese Gemüseauswahl! Diese Früchte! Diese unendlichen Möglichkeiten, sich an irgendwelchen Lunch Wagons (die Begriffe Street Food oder Food Truck mussten noch erfunden werden) köstliches Essen zu holen und draußen zu verzehren. Meist mit Stäbchen. Besteck gab's nicht - höchstens einen Plastiklöffel für Kleinkinder.

Die Blöße wollte ich mir allerdings nicht geben, also übte ich mit Erbsen. Wenn man es dann erstmal kann, ist es wie Radfahren: Man verlernt es nicht mehr. Und genausowenig hat mich seitdem die Faszination für amerikanische Küche und ihre vielen ethnischen Facetten verlassen!

KULTUREN MUSS MAN SICH ER-ESSEN. ODER?



Plate Lunch vor dem Iolani Palace Honolulu (oben), dem einzigen Königshaus der USA. Da musste ich mit den Stäbchen noch üben, nach sechs Monaten (unten) klappte es perfekt.





USA KULINARISCH

mehr als Hot Dogs & Hamburger

[STARTSEITE](#) [REZEPTE A-Z](#) [FORUM](#)

Willkommen bei USA kulinarisch

Amerika und Esskultur? Nein, das ist kein Widerspruch! Die Mutterland von Mikrowellen-Dinner und Fast Food - daneben traditionelle Küche, koloniale und ländliche Rezept-Spezialitäten und ethnische Speisen. Und weil ich gerne esse, koche ich hier US-Rezepte zusammen gestellt, die über "Junk Food" weit

Neue und überarbeitete Seiten NEW!

- **Limonade:** Köstliche Erfrischungsgetränke selbst gemacht
- **Eiscreme:** Köstlich, kühl und cremig mit süßen Saucen
- **Burger Party für Teens:** leckeres Fingerfood aus der eigenen Küche
- **Kostenloser Grußkartenservice** mit neuen Motiven!
- **Pies und Piefüllungen:** Backen Sie sommerliche Obstkuchen
- **Forum US-Küche** - der richtige Platz für Fragen & Diskussionen

805 Rezepte, nach Rubriken & Regionen geordnet

Klicken Sie auf die entsprechenden Begriffe in der Menüleiste links. Anschließend können Sie weitergehende Auswahl treffen: **Brownies, Chili, Geflügel, Soul Food, Brunch-Rezepte, Sandwich, Slowcooker, Bourbon Whisky** usw.

Rezept-Seiten

- Kochen
- Backen
- Regionale Rezepte
- Saisonale Gerichte
- Getränke heiß & kalt
- Fast Food
- Alles für's Frühstück
- Partyrezepte & Menüs
- Spezialitäten
- Rezepte A - Z

Info-Seiten

- Maßeinheiten umrechnen
- US-Produkte bestellen
- US-Produkte ersetzen
- Das Food-Lexikon
- Warenkunde & Kochtipps
- In Kochbüchern stöbern



WER ICH BIN & WAS ICH MACHE

THE STORY OF USA KULINARISCH

Das war tatsächlich der Inhalt der allermeisten „privaten Homepages“, als Ende der 90er Jahre das Internet langsam massentauglich wurde. Aber wer will schon wissen, wer ich bin (damals 35-jährige verheiratete Mutter zweier kleiner Kinder) und was ich mache (freie Teilzeit-Journalistin bei Wirtschafts- und Computermagazinen)? Laaangweilig. Aber ausprobieren wollte ich dieses Online-Schreiben schon, allerdings mit meinem Lieblingsthema: Amerikanische Küche.

So entstand 1998 eine einfache Webseite mit 20, natürlich ungebildeten USA-Rezepten. Denn 1) musste man damals Ende des Monats noch zahlen für die Megabyte, die Besucher durch ihre Seitenabrufe verursacht hatten. Und 2) gab's noch keine bezahlbaren Digitalkameras, mit denen man das Ergebnis seiner Kochkünste hätte festhalten können.

Aber was es gab in meiner Küche: ein aus den USA importiertes Cup-Messbecherset, viele amerikanische Kochbücher (auf Englisch und mit reichlich Zutaten, die in D nicht zu bekommen waren) und eine hungrige Familie. So kochte und backte ich, rechnete Cups in Gramm um, ersetzte Zutaten, schrieb Infoartikel zur US-Esskultur (deren Vorhandensein damals noch von vielen bezweifelt wurde).

Und plötzlich waren es 200 Rezepte. Und gaaanz viele Besucher, die offenbar genau diese Informationen (so bescheiden und schlecht präsentiert sie mir heute auch vorkommen) suchten.

25 Jahre später liest sich „Wer ich bin und was ich mache“ so: 60-jährige verheiratete Mutter zweier längst erwachsener Kinder und freie Vollzeit-Journalistin, die mit Bloggen und Kochbuch-Schreiben ihren Lebensunterhalt verdient. Dass ich es in einem Vierteljahrhundert nicht in die Reihe der Influencer geschafft habe, ärgert mich keinesfalls – als ausgebildete Redakteurin liegt es mir nun mal eher, Sachinhalte zu vermitteln statt mein Konterfei. Ich stehe lieber hinter der Kamera als im Mittelpunkt und habe wenig bis kein Gespür dafür, welchen Trend ich gerade bedienen sollte.

Was ich allerdings habe: immer noch einen Riesenspaß an (US-)Küche, Kochen & Bloggen. Es gibt also weiterhin jede Woche ein amerikanisches Rezept von mir. 1267 habe ich bisher gekocht / gebacken, da geht noch was!

WAS ICH SO LIEBE AN DER AMERIKANISCHEN KÜCHE?

Viele reduzieren sie auf Junk Food, Hamburger & Hot Dogs. Dabei ist sie extrem vielseitig, vereinigt so viele Völker mit ihren Traditionen und Zutaten. Und aus den USA kommen nun mal die wichtigsten Foodtrends!

GALERIE DES GRAUENS

FOODFOTOS (v o r -) g e s t e r n & h e u t e



Enter
to Win

Ich war jung und brauchte das Geld. Nee, ich war jung und hatte nicht das Geld für eine Digitalkamera und Photoshop. Und als ich es dann hatte, fehlte mir erst mal das Fachwissen, um appetitanregende Bilder zu machen. Papierserviette als Deko sollte wohl reichen und Blaustich entfernen, wie geht das? Apropos hässliche Foodfotos: Passend zum Jubiläum sammle ich genau so etwas auf meiner [Facebook-Seite](#) - postet dort ab Oktober 2023 eure besten, äh, hässlichsten Bilder und nehmt an einer tollen Buchverlosung teil!

INDEX

B

Baked Chili.....	27
BBQ Chicken Pan Pizza.....	31
Biscuits & Sausage.....	9
Blueberry Cream Pie.....	43
Brownies.....	45
Buttermilk Pancakes.....	7

C

Cheesecake.....	47
Cheeseburger Suppe.....	15
Cherry Cobbler.....	41
Chili.....	27
Cinnamon Potato Rolls.....	11
Cobb Salad.....	35
Cole Slaw.....	24
Cookie-Grundrezept.....	49
Christmas.....	38

F

Flag Pie.....	53
---------------	----

J

Jambalaya.....	29
----------------	----

L

Liquid Lust.....	52
------------------	----

M

Mac and Cheese.....	33
---------------------	----

N

New York Cheesecake.....	47
--------------------------	----

P

Pancakes.....	7
Peanut Butter Brownies.....	45
Philly Cheese Steak.....	22
Pie.....	42
Pizza.....	31
Pulled Pork.....	13
Pumpkin Puree.....	37

R

Red Velvet Cupcakes.....	51
Ribs.....	25

S

Sandwich.....	22
Salmon Bowl.....	20
Sour Cream Dip.....	39
Spare Ribs.....	25
Sweet Potato Skins.....	19
Sweet & Sour Fish.....	17

U

Über mich.....	57
Umrechnen.....	54

Euch hat dieses virtuelle USA-Bufferet aus 25 Jahren Bloggeschichte gefallen? Dann freue ich mich, Euch [online](#) wieder zu sehen – da warten immerhin etwa 1200 weitere Rezepte auf euch! Oder besucht mich auf Social Media:



usa-kulinarisch.de



[@usakulinarisch](#)



[@gabi_fra_usa](#)



[@gfra](#)

EIGENE NOTIZEN

(So nennt man das im Allgemeinen, wenn man noch eine Seite füllen muss, aber nicht weiß, womit. Obwohl: Verweise ich unten doch mal ganz unverblümt auf mein nächstes Kochbuch "Eat across America: Route 66", erscheint 3/24!





25 JAHRE USA KULINARISCH

EST. 1998

THE COOKBOOK

Der wohl älteste Foodblog Deutschlands hat Geburtstag - und hier gibt's das Geschenk! Mit diesem Kochbuch feiere ich mein Herzensprojekt usa-kulinarisch.de, lasse euch hinter die Kulissen blicken und verrate euch 25 Lieblingsrezepte aus der amerikanischen Küche. Enjoy!

Gabi Frankemölle