



Chips

Ca. 60 Chips | Zubereitung: ca. 1h

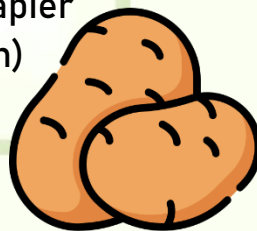


Zutaten:

- 1 Zwiebel (klein)
- 2 Kartoffeln (handgroß; mehlig)
- 1l Wasser
- 8 EL (80g) Maisstärke (je nach Kartoffel)
- Gewürze: siehe Geschmacksrichtung

Utensilien:

- Schneidebrett + Messer
- Topf
- Mixer / Pürierstab
- Herd
- Spritzbeutel
- Backblech + Backpapier
- Glas (Flacher Boden)
- Ofen



Zubereitung:

- Zwiebel und Kartoffeln zum schnellen Garen würfeln (ca. 30 min)
- Beides in den Topf mit 1l Wasser geben
- Bei mittlerer Hitze (ca. Stufe 4) garen lassen
- Kartoffel und Zwiebel herausnehmen und in den Mixbecher geben
- Masse fein pürieren
- Maisstärke dazugeben (Masse soll dickflüssig sein, evtl. anpassen)
- Geschmacksrichtung einmischen
- Gemisch in Spritzbeutel füllen
- Kleine Tupfer auf Backblech spritzen (ca. 5 x 6 = 30 Tupfer pro Blech)
- Backpapier darüberlegen und mit Glasboden flachdrücken (→ Tupfer sollen nicht berührt werden)
- Bei 180° (Umluft) für 15-20 Minuten in Ofen



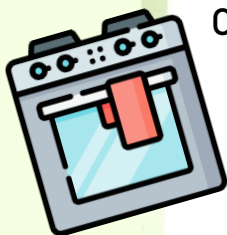
Geschmacksrichtungen:

Original: Salz

Classic Paprika: Paprikapulver, Zwiebelpulver,
Knoblauchpulver

BBQ Sauce: Tomatenmark, Paprikapulver
(geräuchert), Knoblauchpulver

Spring Seasoning: rosa Pfeffer, Thymian, Salz



Pizza



Zutaten für 2 Pizzen:

Teig:

- 250ml Wasser
- 500g Mehl
- 1 Würfel Hefe
- 1 kleine Prise Zucker
- 2 EL Öl
- 1 TL Salz

Tomatensoße:

- 1 Dose passierte Tomaten
- Gewürze nach Wahl
- Basilikum

Belag 1:

- 1 Packung geriebener Käse nach Wahl (Edamer, Mozzarella)
- 50g Salami

Belag 2:

- 1 Packung geriebener Käse nach Wahl (Edamer, Mozzarella)
- ½ Dose Thunfisch
- 1 Zwiebel



Zubereitung:

Tomatensoße:

- Passierte Tomaten in ein Behältnis geben, Gewürze (Salz, Pfeffer, Basilikum, italienische Kräuter) dazu geben und pürieren

Pizza:

- Die Zutaten zu einem Teig vermengen und diesen mit einer Rührmaschine oder per Hand verkneten
- Den Teig 5-24h in einer Rührschüssel mit einem Geschirrtuch bedeckt ruhen lassen
- Wenn der Teig aufgegangen ist, kann die Pizza hergestellt werden
- Dazu heizt man den Backofen auf 250° Ober-Unterhitze (falls Pizzastufe beim Ofen vorhanden ist, sollte natürlich diese verwendet werden)
- Den Teig kann man in zwei Portionen unterteilen und diese auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen
- Zum Schluss muss man nur noch die Pizza beliebig belegen (Soße – Käse – Zutaten) und diese auf ein Backblech mit Backpapier legen
- Sobald der Käse verschmolzen und der Teig braun und knusprig ist (ca. nach 10-15 Minuten), kann die Pizza entnommen werden
- Achtung!!! Heiß!!!

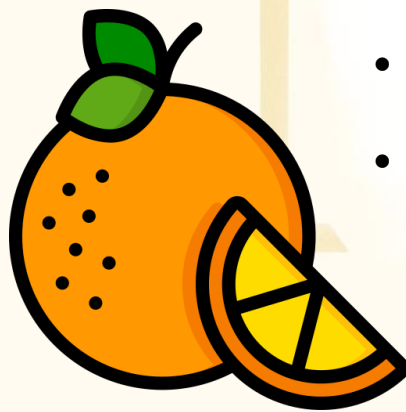




Fanta™

Zutaten:

- 4 Orangen
- 500ml Mineralwasser
- 5 EL Agavendicksaft / Honig
- 1 Zitrone (je nach Belieben)
- Ggf. Eiswürfel



Zubereitung:

1. Orangenschale abreiben und zur Seite stellen
2. Orangen schälen und ggf. Kerne entfernen
3. Die geschälten Orangen pürieren
4. Das Gemisch durch ein Sieb streichen
5. Mineralwasser hinzufügen
6. Mit Agavendicksaft/Honig und dem Orangenschalenabrieb abschmecken
7. Ggf. Zitronensaft und Eiswürfel dazugeben und alles gut umrühren

Fertig ist die gesunde Orangenlimonade!

