



BOSCH
Technik fürs Leben

Traumhafte Rezepte mit innovativer Technik

SIMPLY YUMMY

*Einfach
großartig!*

Auberginen-
Tomaten-Küchlein

Herzhafte Lieblinge

Quiche & Tartes – Ofenhits mit Kürbis, Aubergine und Käse

IFA-News: Entspanntes Kochen mit innovativen Hausgeräten

Leckere Braten, Knödel und Co. für die ganze Familie



PerfectBake

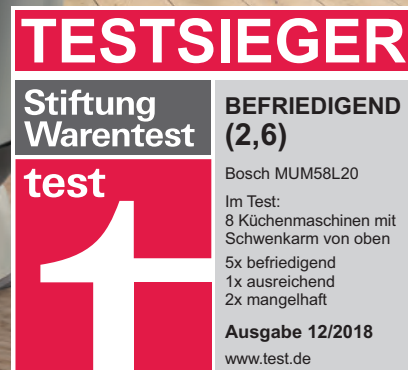
Gelingt perfekt!
Backen mit dem
Backsensor

Testsieger! Für mehr Spaß am Backen.



65 Jahre Erfahrung zahlen sich aus: Die MUM58L20 feiert ihren Testsieg bei der Stiftung Warentest. Und die baugleichen MUM 5* freuen sich mit!

Mehr auf www.bosch-home.de



* Die baugleichen MUM 5 sind MUM58K20, MUM58920, MUM58720, MUM58420, MUM58020 und MUM58W20 (verfügbar ab Mitte 2019).

Kochen & backen wie die Profis!

Liebe Leserin, lieber Leser,

draußen verfärben sich die ersten Blätter und der Herbst steht in den Startlöchern. Hurra! Wir haben hier Gerichte mit Herbstgemüse für Dich. Stressfrei gebacken oder gekocht mit unseren raffinierten Rezepten, verwöhnst Du damit Deine Lieben. Großartige Neuigkeiten gibt es auch zur IFA in Berlin. Mit dem Vario Style Kühlschrank von Bosch kannst Du im Handumdrehen Deine Küche immer wieder neu stylen. Wie das geht und was das Besondere an der innovativen Sensortechnik der Produkte der Serie 8 ist – mit der unsere Kreationen easy und super gelingen –, liest Du auf den nächsten Seiten. Haben wir Dich neugierig gemacht? Dann leg gleich los. Viel Spaß beim Kochen, Backen und Genießen!



Deine Simply Yummy-Redaktion



EASY BAKING

Simply Yummy-App

Für Zuckerbäckerinnen und solche, die es werden möchten: Leckere, gesunde und gelingsichere Kreationen findest Du in der kostenlosen App „Simply Yummy“, die wir mit Robert Bosch Hausgeräte entwickelt haben. Einfach erklärte Rezepte, Step-by-Step-Fotos und -Videos. Besonders praktisch: Du kannst Deinen Backofen mit Home Connect direkt aus der App steuern. Erhältlich im App Store sowie im Google Play Store. Worauf wartest Du?

Weitere Infos: www.simply-yummy.de



Jetzt kostenlos herunterladen:

für iOS



Laden im App Store

für Android



JETZT BEI Google play

DIE
GRATIS
BACK-APP

IMPRESSUM WWW.SIMPLY-YUMMY.DE

Herausgeber: Robert Bosch Hausgeräte GmbH | **Verlag:** falkmedia GmbH & Co. KG | **Verleger:** Kassian A. Goukassian
Chefredaktion/Projektleitung: Christiane Maron | **Redaktion:** Stefanie Nickel | **Grafik:** Anne Wasserstrahl | **Bildbearbeitung:** Heike Reinke
Rezeptfotos: Robert Bosch Hausgeräte GmbH/Frauke Antholz, Anna Gieseler, Ira Leoni, Nicky & Max, Désirée Peikert, Sallys Welt/Marius Stark
Schlusslektorat: Gabi Hagedorn | **Produktionsmanagement/Druck:** Impress Media, www.impress-media.de

KOCHEN WIE DIE PROFIS

Mit einzigartigen Sensoren und innovativer Technik heben diese Einbaugeräte Deine Küche auf Sternenniveau

Du liebst es, Familie und Freunde mit tollen Gerichten zu verwöhnen? Mit den Einbaugeräten der Serie 8 von Bosch im exklusiven Design carbon black kochst Du von jetzt an wie ein Profi. Von der Zubereitung über die Lagerung bis hin zur Reinigung sorgen die Sensoren relaxt für ein perfektes Ergebnis. Ob in der Pfanne oder im Kochtopf – mit den Temperaturexperten des Induktionskochfeldes PerfectFry und PerfectCook samt integriertem Dunstabzug gelingt alles, ganz ohne lästige Gerüche. Im Backofen backen Kuchen & Co. mit PerfectBake ganz automatisch. Und mit dem PerfectRoast Bratenthermometer garen Braten auf den Punkt. Das VitaFresh pro Frischesystem sorgt mit professioneller 0-°C-Lagerung für die optimale Aufbewahrung Deiner Lebensmittel. Und nicht nur der Abwasch gelingt von allein, dank PerfectDry trocknet auch Kunststoff perfekt.

Weitere Informationen findest Du unter [accentline.de](https://www.accentline.de)



accent|line
carbon black

PerfectCook
verhindert
Überkochen

PerfectFry
für perfekte
Bratergebnisse

PerfectAir
filtert Kochdunst
automatisch

AquaSensor
erkennt
Schmutziges

VitaFresh pro
hält bis zu
3x länger frisch

PerfectBake
backt automatisch
perfekt

Sous Vide
gart alles zart
und saftig

PerfectRoast
gart auf
den Punkt

FOTO: Bosch Hausgeräte GmbH (1)

Würzig & knusprig

Kürbispizza mit Pancetta

FOTO: Ira Leoni (D); Bosch Hausgeräte GmbH (D) | ILLUSTRATION: gettyimages/Akadivna (U)

KÜRBISPIZZA MIT PANCETTA

Für 4 Personen | 40 Minuten Zubereitungszeit • 1 Stunde Ruhezeit • 40 Minuten Backzeit

ZUTATEN

- > 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- > 1 Würfel Hefe
- > 1 Prise Zucker
- > 8 EL natives Olivenöl extra
- > 150 g Kartoffeln
- > 2 Knoblauchzehen
- > 4 Zweige Rosmarin
- > 250 g Hokkaidokürbis
- > 250 g Mascarpone
- > 12 Scheiben Pancetta
- > Salz und Pfeffer

1 Für den Teig gib Mehl und 1 TL Salz in eine Schüssel. Löse Hefe mit Zucker in 250 ml lauwarmem Wasser auf. Gieße sie mit 3 EL Olivenöl zum Mehl und verknete alles zu einem glatten Teig. Stelle den Teig mit einem Küchentuch abgedeckt an einen warmen Ort und lasse ihn 1 Stunde ruhen.

2 Für den Belag schäle Kartoffeln und Knoblauch. Hobel oder schneide beides in sehr dünne Scheiben. Wasche den Rosmarin, tupfe ihn trocken und hacke die Nadeln fein. Vermische die Kartoffeln mit Knoblauch, Rosmarin und 3 EL Olivenöl. Lasse die Mischung dann ca. 45 Minuten marinieren.

3 Heize den Ofen auf 230 °C Ober-/Unterhitze vor. Belege zwei Backbleche mit Backpapier. Halbiere den Kürbis, entkerne ihn und schneide das Fruchtfleisch in dünne Spalten. Knete den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche durch, teile ihn in 4 Portionen und rolle diese jeweils rund aus.

4 Lege 2 Teiglinge auf jedes Blech. Bestreiche sie mit etwas Mascarpone und würze sie mit Salz und Pfeffer. Verteile Kartoffeln, Kürbis, restliche Mascarpone und Pancetta darauf. Beträufle die Pizzen mit restlichem Öl und backe sie nacheinander auf der 2. Schiene von unten in 15–20 Minuten goldbraun.



GUT ZU WISSEN

Orange Helden

Hokkaidokürbis begeistert mit einem leicht nussigen Aroma und mit saftigem, faserarmem Fruchtfleisch. Mit 1–2 Kilo ist er deutlich kleiner als die meisten seiner Verwandten. Im Gegensatz zu Muskatkürbis oder Butternutkürbis lässt sich Hokkaidokürbis besonders einfach und schnell zubereiten, denn die meist orangefarbene Schale kann man problemlos mitessen. Sie enthält übrigens extra viel Betacarotin.



PROFI-TIPP

PerfectBake – der Backexperte

Der Sensor-Backofen der Serie 8 mit dem PerfectBake Backsensor weiß genau, wann Dein Gebäck fertig ist – nicht zu trocken oder zu feucht. Die hochentwickelten Sensoren messen die Feuchtigkeit im Innenraum und passen den Backvorgang laufend automatisch an. Ist Dein Gebäck fertig, schaltet sich der Backofen aus, dann ist Deine Zeit zum Genießen!

Perfekte Einstellung für die Pizza:

Du aktivierst den Bosch Assist, wählst die Zubereitungsart „Pizza, Quiche & Co.“. Der PerfectBake Backsensor regelt den Backvorgang. Somit entfällt für Dich die Einstellung von Heizart, Temperatur, Zeit.



Zünftiger Gaumenschmaus

Knusprige
Spinatknödel

FOTO: Désirée Peikert (1), Bosch Hausgeräte GmbH (1) | ILLUSTRATION: gettyimages/pleshko74 (1)

KNUSPRIGE SPINATKNÖDEL

Für 4 Personen | 50 Minuten Zubereitungszeit

ZUTATEN

- > 300 g Toastbrot
- > 1 Bund Petersilie
- > 150 g Spinat
- > 1 Zwiebel
- > 2 Knoblauchzehen
- > 1 EL Pflanzenöl
- > 150 ml Milch
- > Salz und Pfeffer
- > 2 Eier
- > 100 g Butter
- > 100 g geriebener Parmesan

1 Entferne die Rinde des Toastbrots und schneide das Brot in Würfel. Zupfe dann die Petersilienblättchen von den Stängeln und hacke sie fein. Gib Petersilie und Brotwürfel in eine Schüssel.

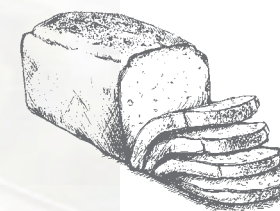
2 Wasche den Spinat. Schäle Zwiebel und Knoblauch, hacke beides fein und brate den Mix im Öl glasig. Gib den Spinat dazu und brate ihn mit, bis er zusammenfällt. Gieße die Milch an und würze alles mit Salz und Pfeffer. Nimm die Mischung vom Herd und gieße sie über die Toastwürfel in die Schüssel.

3 Trenne die Eier. Vermische die Eigelbe mit der Brot-Spinat-Mischung. Schlage dann das Eiweiß steif und hebe es unter die Knödelmasse.

4 Bringe Wasser in einem großen Topf zum Sieden. Lege zwei große Stücke Frischhaltefolie auf die Arbeitsfläche. Teile die Knödelmasse in 2 Portionen. Schlage jede Portion in Folie ein und forme sie jeweils zu einer länglichen Rolle. Wickel die Rollen in Alufolie ein und lasse sie je Seite 30 Minuten im siedenden Wasser ziehen, wende sie dabei.

5 Nimm nun die Knödelrollen aus dem Wasser, lass sie kurz abkühlen und schneide sie in dicke Scheiben. Brate die Knödelscheiben in einer Pfanne mit Butter von jeder Seite goldbraun an.

6 Richte die Knödel auf Tellern an. Bestäufle sie mit Butter aus der Pfanne und serviere sie mit Parmesan.



GUT ZU WISSEN

Brot für Knödel

Das Brot für Knödel sollte nicht ganz frisch sein, so nimmt es mehr Flüssigkeit auf und die Masse hält besser zusammen. Geschmacksneutrale Weizenbrote oder Brötchen eignen sich am besten. Wer es etwas herzhafter mag, kann aber auch Roggenbrot verwenden. Knödelbrot gibt's sogar fertig zu kaufen. Übrigens: Altes Brot oder Brötchen vom Vortag musst Du keinesfalls wegwerfen. Die Reste würfeln, einfrieren und für die nächsten Knödel verwenden.

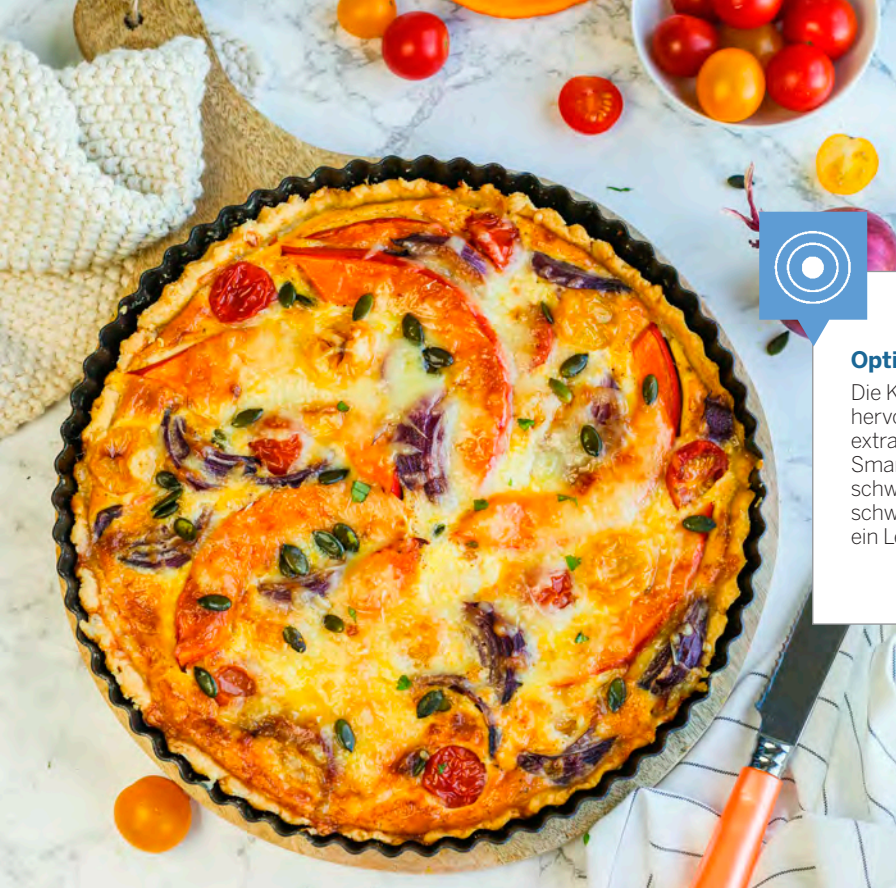


PROFI-TIPP

PerfectFry – brät auf den Punkt

Mit dem PerfectFry Bratsensor des Induktionskochfelds mit integriertem Dunstabzug von Bosch gelingen Knödel, Steak oder Frikadellen ganz leicht. Der Sensor misst kontinuierlich die Temperatur der Pfanne während des gesamten Bratvorgangs. Du wählst einfach eine von fünf Temperaturstufen aus, der Sensor macht den Rest. Er sorgt für die perfekte Temperaturkontrolle und optimale Bratbedingungen. Nichts brennt an und es schmeckt einfach köstlich. Und der Kochdunst wird automatisch abgesaugt.





PROFI-TIPP

OptiMUM – knetet und wiegt perfekt

Die Küchenmaschine verarbeitet Teige hervorragend mit ihrem bis zu 1500 Watt extrastarken Motor. Dank dem intelligenten Smart dough Sensor bleibt die Rührgeschwindigkeit konstant hoch. Und selbst schwere Teige und große Mengen sind ein Leichtes und werden im Nu geknetet.



BUNTE KÜRBIS-QUICHE

Für 4–6 Stücke | 35 Minuten Zubereitungszeit • ca. 1 Stunde Kühlzeit • 40 Minuten Backzeit

ZUTATEN

- > 200 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- > 125 g kalte Butter zzgl. etwas mehr für die Form
- > 4 Eier
- > Salz und Pfeffer
- > 250 g Hokkaidokürbis
- > 1 rote Zwiebel
- > 4 rote Kirschtomaten
- > 4 gelbe Kirschtomaten
- > 120 g Gruyère
- > 100 g Sahne
- > 50 ml Milch
- > ger. Muskatnuss
- > 1 EL Kürbiskerne

1 Für den Boden gib Mehl, kalte Butter in Stückchen, 1 Ei und etwas Salz in eine Schüssel. Verknete alles mit der Küchenmaschine zu einem glatten Teig. Forme den Teig zu einer Kugel und lege ihn in Frischhaltefolie gewickelt ca. 1 Stunde in den Kühlschrank.

2 Für die Füllung wasche den Hokkaido. Entferne die Kerne und schneide das Fruchtfleisch in 1/2 cm dicke Scheiben. Schäle die Zwiebel und schneide sie in dünne Spalten. Wasche und halbiere die Tomaten. Den Gruyère reibst Du grob. Verquirle die übrigen Eier mit der Sahne und der Milch. Würze den Guss mit Pfeffer, Salz und Muskat und stelle ihn bis zur Verwendung kalt.

3 Heize den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vor. Fette eine Tarteform (Ø 26 cm) mit etwas Butter ein.

4 Knete den Mübeteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz durch und rolle ihn dann rund aus. Lege die Tarteform mit Teig aus und forme dabei einen Rand. Steche den Teigboden mit einer Gabel mehrfach ein und backe ihn im heißen Ofen ca. 10 Minuten vor.

5 Verteile die Kürbisspalten auf dem Boden. Gieße die Ei-Sahne-Masse darüber und bestreue alles mit dem Käse. Lege dann Tomaten und Zwiebel darauf und bestreue sie mit den Kürbiskernen. Backe die Quiche ca. 40 Minuten.

FOTOS: Désirée Peikert (1); Bosch Hausgeräte GmbH (3)



BACKEN KANN SO EINFACH SEIN!

Herrlich saftigen Kuchen oder feine Törtchen kannst Du ganz einfach für Deine Freunde und Deine Familie zaubern

Mit dem Sensor-Backofen von Bosch mit PerfectBake überlässt Du nichts dem Zufall. Denn der Backofen weiß ganz genau, wann Dein Gebäck perfekt ist – nicht zu trocken oder zu feucht. Wie das geht? Du wählst über das Display einfach den Bosch Assist, suchst dann die Speise aus, z. B. „Kuchen“, und stellst die passende Kuchenart ein, z. B. „Kuchen auf Backblech“. Und dann ist der PerfectBake Backsensor an der Reihe. Du brauchst weder Heizart noch Temperatur oder Backdauer auswählen – Dein Backofen sagt Dir, wann das Gebäck fertig ist. Wie ein Profi messen die hoch entwickelten Sensoren die Feuchtigkeit im Innenraum und passen dann den Backvorgang laufend automatisch an. Du brauchst weder auf die Uhr zu schauen, noch musst Du eine Garprobe machen. Klingt easy, oder? Ist es auch.

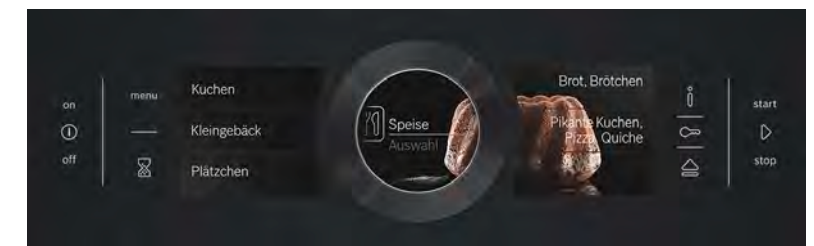
Weitere Informationen findest Du unter [sensor-backen.de](https://www.sensor-backen.de)

PerfectBake

Beeindrucke Deine Gäste mit perfektem Gebäck



So einfach geht's: Bosch Assist einstellen – Dein Backofen kümmert sich um Dein Gebäck



1

ASSIST-FUNKTION

Lass Dir vom praktischen Bosch Assist bei der Auswahl der Kategorie helfen.

2

SPEISEN-AUSWAHL

Was darf es sein? Du hast die Wahl zwischen Kuchen, Kleingebäck, Plätzchen und mehr.

3

KUCHENART-AUSWAHL

Wähle aus, ob Du den Kuchen z. B. in der Form oder auf dem Blech backen möchtest.

Zart und saftig!



Sommersalat mit Rinderfilet

FOTO: Anna Gieseler (1); Bosch Hausgeräte GmbH (1) | ILLUSTRATION: gettyimages/seamartini (1)

SOMMERSALAT MIT RINDERFILET

Für 4 Personen | 45 Minuten Zubereitungszeit • 20 Minuten Garzeit

ZUTATEN

- > 1 Rinderfilet (ca. 500 g)
- > Salz und Pfeffer
- > 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- > 9 EL natives Olivenöl extra
- > 2 EL heller Balsamicoessig
- > 1 EL Honig
- > 1 kg gemischte gelbe und rote Tomaten (z. B. Strauchtomaten, Kirschtomaten)
- > 1 rote Zwiebel
- > 80 g Babyspinat

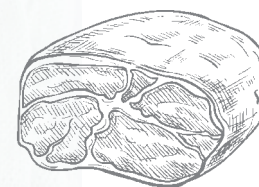
1 Heize den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vor. Wasche das Rinderfilet und tupfe es trocken. Anschließend würzt Du das Fleisch mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver.

2 Erhitze 1 EL Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne. Brate das Fleisch darin auf jeder Seite ca. 3 Minuten scharf an. Gib das Fleisch in den vorgeheizten Ofen und gare es je nach gewünschtem Gargrad in 15–20 Minuten zu Ende.

3 In der Zwischenzeit verquirlle für das Dressing den Essig mit Honig und dem restlichen Olivenöl. Würze das Dressing mit Salz und Pfeffer. Dann wa-

sche die Tomaten, tupfe sie trocken, halbiere sie bzw. schneide die Tomaten in mundgerechte Stücke. Schäle die Zwiebel, halbiere sie und schneide die Zwiebel dann in dünne Scheiben. Verlese und wasche den Babyspinat und schüttele ihn gut trocken.

4 Nimm das Fleisch aus dem Ofen und lasse es abgedeckt ca. 2 Minuten ruhen, damit sich der Fleischsaft setzen kann. Schneide das Filet dann schräg in ca. 2 cm dünne Scheiben. Vermische die Tomaten mit der Zwiebel und dem Spinat und gib den Salat auf eine Platte. Beträufle alles mit Dressing und richte das Rinderfilet auf dem Salat an.



GUT ZU WISSEN

Gutes Fleisch

Das Rinderfilet stammt wie das Roastbeef aus dem Rinderrücken. Es ist kräftig im Geschmack und eher mager. Deshalb eignet es sich in Steaks geschnitten besonders gut zum Kurzbraten, während es im Ganzen für Niedriggar-Methoden wie Sous-Vide super ist. Achte beim Kauf auf Qualität und Nachhaltigkeit. Bio-Fleisch und Fleisch von langsam wachsenden Rinderrassen wie Angus-rind werden artgerecht aufgezogen und sind besonders lecker.



PROFI-TIPP

Sous-Vide-Funktion – Garen mit Dampf

Der Dampfbackofen der Serie 8 mit Sous-Vide-Funktion gart bei Temperaturen von 50 bis 95 °C Fleisch, Fisch und Gemüse im Vakuumbeutel auf den Punkt: zart und butterweich, mit einem intensiven Geschmackserlebnis. Und keine Panik, selbst wenn Deine Gäste sich verspäten, ist ein Über-den-Punkt-Garen so gut wie unmöglich. Stressfrei bis zum Genuss.

Perfekte Einstellung für die Sous-Vide-Funktion:

Vakuumierte das Fleisch in der Vakuumschublade und gare es sous-vide im Dampfbackofen. Brate das Fleisch dann in der Pfanne rundherum kurz an. Serviere es leicht gewürzt zum Salat.





PROFI-TIPP

PerfectCook – alles im Griff

Der Kochsensor des Induktionskochfeldes sorgt dafür, dass Deine One-Pot-Pasta nicht mehr überkocht oder anbrennt, da er permanent die Temperatur des Topfes kontrolliert und automatisch anpasst. Der integrierte Dunstabzug saugt dabei direkt den entstehenden Kochdunst ab.



ONE-POT-PASTA MIT LAMM

Für 4 Personen | 35 Minuten Zubereitungszeit

ZUTATEN

- > 2 Knoblauchzehen
- > 1 Bund Frühlingszwiebeln
- > 2 EL natives Olivenöl extra
- > 400 g Lammhack
- > 350 g Kirschtomaten
- > 400 g Rigatoni
- > 200 g Sahne
- > 1 l Gemüsebrühe
- > 1/4 Bund Basilikum
- > 50 g Parmesan
- > Salz und Pfeffer

1 Schäle die Knoblauchzehen und hacke sie klein. Putze die Frühlingszwiebeln und schneide sie in Stücke. Gib das Olivenöl in einen großen Topf und erhitze es. Füge das Hackfleisch hinzu und brate es darin bei großer Hitze 2–3 Minuten an.

2 Gib dann Knoblauch, Frühlingszwiebeln, Kirschtomaten und Rigatoni zum Hackfleisch. Gieße die Sahne und die Gemüsebrühe in den Topf. Lass alles unter gelegentlichem Rühren aufkochen. Regle die Temperatur herunter und lass die Mischung ca. 15 Minuten bei kleiner Hitze garen, bis die Rigatoni bissfest sind.

3 Zupfe die Basilikumblättchen ab und schneide sie klein. Reibe den Parmesan. Würze die Pasta mit Salz und Pfeffer und bestreue sie mit Basilikum und geriebenem Parmesan.

GUT ZU WISSEN

Koch-Trend One Pot

Einfacher geht es nicht: Alle Zutaten gleichzeitig in einen Topf geben, 15–20 Minuten kochen, und fertig ist das Gericht! Für alle mit großem Hunger, aber wenig Lust aufs Spülen sind „Alles aus einem Topf“-Gerichte perfekt. Übrigens kommt auch dieser Trend aus den USA.

FOTOS: Frauke Antholz (1); Bosch Hausgeräte GmbH (4)



COOL, STYLISH, WANDELBAR!

Die Kühl-Gefrier-Kombinationen von Bosch glänzen mit innovativer Technik, für mehr Abwechslung in der Küche

Du magst die Vielfalt? Dann ist der Vario Style das Highlight für Deine Küche, und das im Alltag und bei jeder Party. Ob Minzgrün, Kirschrot oder Petrol – die Farben peppen Deine Küche auf. Denn während das VitaFresh Frischesystem für die optimale Lagerung der Lebensmittel sorgt, kannst Du mit ein paar Handgriffen Deine Küche neu stylen, denn die Farbe und bald auch das Design Deines Vario Style Kühlschranks kannst Du ganz einfach ändern. Dank verdeckter angebrachter Halterungen und Magneten kannst Du die Farbfront des Kühlschranks superleicht austauschen. Einfach die untere Kante der Türfront zu Dir ziehen und die Türfront anheben, bis die Halterung oben aushakt (Bild rechts). Dann die neue Front von oben einhaken, fertig ist der neue Style. Genial einfach und ohne Spezialwerkzeug.

Weitere Informationen findest Du unter [bosch-home.de](https://www.bosch-home.de)

Vario Style mit VitaFresh

Seine Farbe kannst Du nach Deinen Wünschen ändern

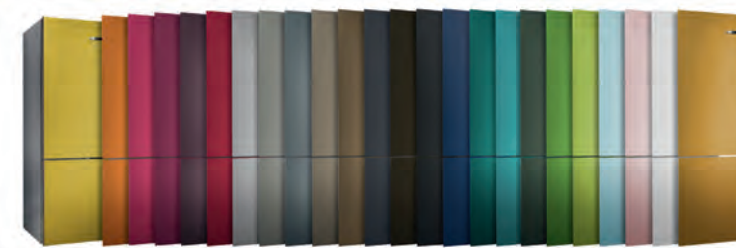


3-2-1-FERTIG

Die untere Kante der Türfront nach vorne ziehen, die Tür anheben und aushaken.



So farbenfroh wie nie – der Vario Style ist der perfekte Begleiter für Frische und Vielfalt



GROSSE AUSWAHL

Die austauschbaren Fronten gibt es bereits in 24 sensationellen Farben und demnächst auch in verschiedenen Designs. Wie wäre es schon jetzt mit Limettengrün oder Kaffeebraun?



Zitronen-Lammkeule
mit Ofengemüse

Aromatisch & knusprig

ZITRONEN-LAMMKEULE MIT OFENGEMÜSE

Für 6 Personen | 45 Minuten Zubereitungszeit • 2 1/2 Stunden Garzeit

ZUTATEN

- > 3 Zwiebeln
- > 6 Knoblauchzehen
- > 12 Stiele Zitronenthymian
- > 2 unbehandelte Zitronen
- > 2,5 kg Lammkeule mit Knochen
- > Salz und Pfeffer
- > 3 EL natives Olivenöl extra
- > 500 ml Gemüsebrühe
- > 1 kg Bundmöhren
- > 1,5 kg kleine Kartoffeln

1 Schäle die Zwiebeln und schneide sie in Spalten. Schäle die Knoblauchzehen. Wasche den Thymian und schüttele ihn trocken. Lege einige Stiele fürs Garnieren zur Seite. Von den Stielen zupfe die Blättchen ab. Wasche die Zitronen gründlich, reibe sie trocken und reibe die Schale von einer Zitrone fein ab. Halbiere die Zitronen, presse den Saft aus.

2 Heize den Ofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vor. Wasche das Fleisch, tupfe es trocken und würze es mit Salz und Pfeffer. Gib das Öl in einen Bräter und erhitzte es. Brate das Fleisch darin rundherum kräftig an. Nimm dann das Fleisch aus dem Bräter.

3 Gib Zwiebeln, Knoblauch, Thymianblätter und die Hälfte der Zitronenschale in das Bratfett und brate alles unter Wenden an. Lösche die Mischung mit Brühe und Zitronensaft ab. Füge den Braten mit der restlichen Zitronenschale hinzu. Gare das Fleisch im vorgeheizten Backofen ca. 2 1/2 Stunden.

4 Schäle die Bundmöhren, lasse dabei etwas Grün stehen. Wasche Möhren und Kartoffeln und gib sie ca. 45 Minuten vor Ende der Garzeit des Fleisches mit in den Bräter. Würze alles mit etwas Salz. Garniere den Braten mit dem übrigen Zitronenthymian und serviere ihn zusammen mit den Möhren und Kartoffeln.



GUT ZU WISSEN

Öle zum Braten

Beim Braten wird es in der Pfanne bis zu 200 Grad heiß. Rapsöl enthält besonders viele gesunde Omega-3-Fettsäuren und Olivenöl überzeugt durch einen hohen Anteil an einfach ungesättigten Fettsäuren. Beide lassen sich gut zum Braten verwenden. Grundsätzlich können raffinierte Öle höher erhitzt werden als native oder kalt gepresste Öle. Achte auf den Rauchpunkt. Fängt das Öl an zu qualmen, dann ist es zu heiß geworden, schmeckt verbrannt und ist gesundheitsschädlich.



PROFI-TIPP

PerfectRoast – gart auf den Punkt

Nie wieder trockener Braten! Dafür sorgt das Bratenthermometer, das dank seiner drei Sensoren ganz genau weiß, wann das Fleisch gar ist. Stelle einfach die Heizart, die Temperatur und die gewünschte Kerntemperatur für das Fleisch ein. Sobald diese erreicht ist, ertönt ein Signal. Oder Du wählst den Bosch Assist aus und Dein Backofen regelt alles automatisch.

Perfekte Einstellung für das Bratenthermometer:

Du aktivierst den Bosch Assist, wählst die Fleischart, z. B. Lammkeule, aus und steckst dann das PerfectRoast Bratenthermometer in den Braten. Es regelt nun automatisch den Garvorgang.





GUT ZU WISSEN

Restlos glücklich

Da bei diesem Rezept runde Förmchen verwendet werden, bleibt etwas Blätterteig übrig. Kein Problem. Verwende den Teig unbedingt noch für andere Rezepte. Backe daraus z. B. Croissants. Oder steche ein paar Kekse aus und bestreue sie mit Kürbiskernen. Gebacken sind sie ein tolles Topping für Suppen oder lecker zum Sommersalat mit Rindfleisch.

AUBERGINEN-TOMATEN-KÜCHLEIN

Für 4 Personen | 40 Minuten Zubereitungszeit • 30 Minuten Backzeit

ZUTATEN

- > 1 Aubergine
- > 150 g Kirschtomaten
- > 2 Zweige Rosmarin
- > Fett für die Förmchen
- > 3 EL natives Olivenöl extra
- > Salz und Pfeffer
- > 1 EL dunkler Balsamicoessig
- > 1 EL Weißweinessig
- > 1 EL flüssiger Honig
- > 1 Rolle frischer Blätterteig, 270 g
- > 80 g Büffelmozzarella

1 Wasche die Aubergine, putze sie und schneide sie dann in etwa 5 mm dünne Scheiben. Wasche die Tomaten und halbiere sie. Wasche den Rosmarin und schüttele ihn trocken. Zupfe die Nadeln von den Zweigen und hacke sie grob. Fette dann 4 Tartelette-Förmchen (Ø ca. 12 cm) großzügig ein.

2 Erhitze 2 EL Öl in einer Pfanne. Brate die Auberginenscheiben darin von beiden Seiten in ca. 4 Minuten scharf an und würze sie mit Salz und Pfeffer. Gib je 1/4 der Scheiben in die Tarteförmchen und ordne sie fächerartig an. Heize dann den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vor.

3 Erhitze das restliche Öl in der Pfanne. Gib die Tomaten in die Pfanne und dünste sie darin kurz an. Füge Rosmarin, die Essigsorten und den Honig hinzu und lasse die Flüssigkeit bei milder Hitze fast vollständig verkochen. Würze die Tomaten mit Salz und Pfeffer. Verteile die würzigen Tomaten mit dem Sud auf den Auberginen.

4 Entrolle den Blätterteig und steche 4 große Kreise (Ø ca. 14 cm) aus. Lege den Teig auf die Tomaten, drücke ihn fest an. Backe die Küchlein im unteren Drittel des Ofens in 25–30 Minuten goldgelb. Stürze die Küchlein auf Teller. Streue zerzupften Mozzarella darüber.

FOTOS: Ira Leoni (1); Bosch Hausgeräte GmbH (3); Sallys Welt/Marius Stark (1)
ILLUSTRATION: gettyimages/pleshko74 (1)



PROFI-TIPP

4-D-Heißluft – partytauglich

Ob für die Gartenparty oder das Familienfest, mit dieser Heißluft kannst Du Deine Kreationen ganz einfach auf bis zu vier Ebenen gleichzeitig backen. Der Ventilator verteilt die Hitze des Ringheizkörpers gleichmäßig im Garraum und liefert dadurch beste Backergebnisse. Du sparst Zeit und Energie.



SMARTER BACK-PROFI

Mit Sallys neuer Rezept-App und Home Connect hast Du Deine Kuchen und den Backofen fest im Griff

Du hast keine Idee, was Du backen könntest? Dann schau schnell in Sallys neue Rezept-App. Suche und sammle Deine Lieblingsrezepte, natürlich auch nach vegan oder vegetarisch unterteilt, und erhalte die Einkaufsliste gleich dazu. Wenn Du dann Dein ausgewähltes Gebäck vorbereitet hast, kannst Du es mit der App an Deinen Sensor-Backofen der Serie 8 senden. Du musst nur noch Deine Kreation in den Garraum stellen, Sally sagt Deinem Backofen dann genau, wie er Dein Gebäck nach ihren Vorgaben zubereiten soll. Neugierig? Dann lade die App doch gleich runter!

Mehr Infos über Sally findest Du unter sallyswelt.de und über Home Connect unter bosch-hc.de

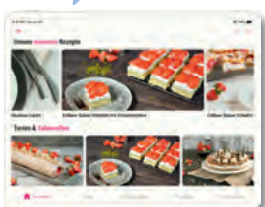


BACKQUEEN

Sally begeistert Millionen Zuschauer auf YouTube. Regelmäßig backt sie auch auf unserem Blog simply-yummy.de

Jetzt neu

Die Sally-App mit Home Connect Funktion



GUT VERNETZT

Rezept zubereiten und mit der Sally-App den Backofen nach Sallys Vorgaben automatisch einstellen

Perfekt war noch nie so schön.



BOSCH

Technik fürs Leben

Auf das Wesentliche reduziert – für den perfekten Design-Match.
Die neuen Bosch Einbaugeräte im carbon black Design.
Mehr bei Ihrem accent line Händler oder unter:

www.accentline.de



reddot award 2019
best of the best

Q8ABEA1119