



Rezeptbuch



## CRISP-REZEPTE

PIZZA	S. 3
SPANISCHES OMELETT	S. 4
HAMBURGER	S. 4
HÄHNCHEN IN WEISSWEINSSOSSE	S. 5
OFENKARTOFFELN	S. 5
GEFÜLLTES GEMÜSE	S. 6
APFELSTRUDEL	S. 6

## KOMBI-REZEPTE

LASAGNE	S. 7
KÄSE-SOUFFLÉ	S. 8
IM OFEN GEBACKENE LACHSFILETS	S. 8
KALBSBRATEN	S. 9
GEMÜSEGRATIN	S. 9
PLÄTZCHEN	S. 10
KOKOSMAKRONEN	S. 10



# Crisp-Rezepte

Je nach Modell des Mikrowellenherdes gibt es passende Crisp-Platten in verschiedenen Grössen, die bestmögliche Ergebnisse garantieren. Richten Sie sich beim Nachkochen der Rezepte bitte nach dem Durchmesser Ihrer Crisp-Platte:

Eine mittlere/grosse Crisp-Platte hat einen Durchmesser von ca. 30 cm,  
eine kleine Crisp-Platte einen Durchmesser von ca. 25 cm.

## Pizza

4 PORTIONEN

ZUTATEN	MITTLERE/GROSSE CRISP-PLATTE	KLEINE CRISP-PLATTE
Mehl	230-250 g	150-160 g
Frische Hefe	15 g	10 g
Wasser	150 ml	100 ml
Öl	30 ml (2 Essl.)	15 ml (1 Essl.)
Salz		

ZUTATEN FÜR DEN BELAG:

Tomaten aus der Dose	350 g	250 g
Mozzarella	175 g	125 g
Salz, Oregano, Öl zum Beträufeln		
Etwas Öl für die Crisp-Platte		

Funktion: Crisp

Zubereitungszeit: 2 Std. 30 Min.

Garzeit: 14-15 Min. bei der mittleren oder grossen Crisp-Platte  
11-13 Min. bei der kleinen Crisp-Platte

1. Hefe mit warmem Wasser (37°C) vermengen. Mehl in eine Rührschüssel geben. Aufgelöste Hefe, Öl und Salz dazugeben. Alles gut vermengen und zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Zudecken und etwa 2 Stunden in warmer Umgebung gehen lassen.
2. Die Crisp-Platte leicht fetten.
3. Den Teig mit der Hand gleichmässig auf der Crisp-Platte verteilen und mit einer Gabel mehrmals einstechen.
4. Tomaten aus der Dose abtropfen lassen, klein schneiden und gleichmässig auf dem Teig verteilen. In Würfel geschnittenen Mozzarella und Oregano darüber geben, salzen und mit Öl beträufeln.
5. Die Pizza bei der kleinen Crisp-Platte 11-13 Minuten, bei der grossen Crisp-Platte 14-15 Minuten mit der Crisp-Funktion backen.

### Varianten:

Als Variationen für den Pizzabelag kommen Schinken, Oliven, Artischocken, Gemüse, Meeresfrüchte usw. in Frage.



## Spanisches

### Omelett

4 PORTIONEN

#### ZUTATEN

	MITTLERE/GROSSE CRISP-PLATTE	KLEINE CRISP-PLATTE
Tiefgekühlte Kartoffelwürfel	250 g	150 g
Butter oder Öl	15 ml (1 Essl.)	15 ml (1 Essl.)
Zwiebel, gehackt	1 mittelgrosse	1 kleine
Eier	4	3
Milch	30 ml (2 Essl.)	30 ml (2 Essl.)
Salz, Pfeffer		

Funktion: Crisp

Zubereitungszeit: 10 Min.

Garzeit: 15-18 Min. bei der mittleren oder grossen Crisp-Platte  
12-14 Min. bei der kleinen Crisp-Platte

1. Crisp-Platte, gefettet mit Butter oder Öl, 2½-3 Minuten mit der Crisp-Funktion vorheizen.
2. Die Kartoffelwürfel auf der Crisp-Platte verteilen und 6-8 Minuten mit der Crisp-Funktion garen.
3. Die Zwiebel daruntertermengen und weitere 4-5 Minuten mit der Crisp-Funktion garen. Dabei einmal umrühren.
4. In der Zwischenzeit die Eier mit Milch, Salz und Pfeffer verquirlen.
5. Die Eiermischung über die Kartoffeln auf der Crisp-Platte giessen und weitere 2-3 Minuten mit der Crisp-Funktion stocken lassen.
6. Warm oder kalt servieren. Dazu passt ein kleiner Salat.

Varianten:

Soll das Omelett komplett durch und goldbraun sein, 3-4 Minuten länger garen oder am Ende kurz den Grill zuschalten.



## Hamburger

4 PORTIONEN

#### ZUTATEN

400 g Hackfleisch  
½ Teel. Salz  
1 Prise Pfeffer  
15 ml Öl bzw. 1 Essl. Butter oder Margarine  
Zum Anrichten:  
4 Hamburger-Brötchen  
Eingelegte Gurkenscheiben  
Ketchup oder Senf  
Zwiebelringe, roh oder gedünstet

Funktion: Crisp

Zubereitungszeit: 10 Min.

Garzeit: 8-9 Min.

1. Hackfleisch mit Salz und Pfeffer verkneten.
2. Vier etwa 1 cm dicke Frikadellen formen.
3. Die Crisp-Platte mit Butter oder Öl fetten und 2-3 Minuten mit der Crisp-Funktion vorheizen.
4. Die Frikadellen darauf verteilen und 3 Minuten mit der Crisp-Funktion garen.
5. Die Frikadellen wenden und weitere 3 Minuten garen.
6. In Brötchenhälften garniert mit Ketchup oder Senf und Gemüse servieren.

## Hähnchen in Weissweinsosse

4 PORTIONEN

Hähnchen (ca. 1 kg)  
30 g (2 Essl.) Butter oder Margarine  
1 Essl. edelsüßes Paprikapulver oder Sojasoße  
3-4 Basilikumblätter  
150 ml trockener Weisswein

FÜR DIE SOßE:

100 ml Sahne  
1 Essl. Maismehl  
1 Prise Kräutersalz  
½ Bittermandel

ZUM ANRICHTEN:

200 g blaue oder weiße Trauben  
20 g gehobelte Mandeln, geröstet

Funktion: Mikrowellen  
Zubereitungszeit: 30 Min.  
Garzeit: 15-16 Min.

1. Hähnchen abwaschen und trockentupfen, in Portionen zerteilen, Fett entfernen.
2. Butter oder Margarine in eine kleine, Mikrowellengeeignete Schüssel geben. Zudecken und das Fett 1 Minute bei 350 W zerlassen. Edelsüßes Paprikapulver oder Sojasoßeiterrühren und das Hähnchen mit dieser Mischung bestreichen. Hähnchen mit Basilikum und Wein in ein Mikrowellengeeignetes Gefäß geben.
3. Zugedeckt 12 Minuten bei 750 W garen.
4. Sahne mit Maismehl vermengen und über das Hähnchen geben. Zugedeckt weitere 2-3 Minuten bei 750 W garen. Eventuell salzen. Die geriebene Bittermandel dazugeben.
5. Die Weintrauben halbieren und entkernen.
6. Das Hähnchen auf einer Servierplatte, garniert mit Weintrauben und gerösteten gehobelten Mandeln, anrichten.
7. Zuvor die gehobelten Mandeln 2-3 Minuten mit der Crisp-Funktion auf der Crisp-Platte anrösten. Jede Minute wenden.

## Ofenkartoffeln

2-4 PORTIONEN

ZUTATEN

400 g Kartoffeln  
Rosmarin  
Öl  
Knoblauch  
Salz

Funktion: Crisp  
Zubereitungszeit: 10 Min.  
Garzeit: 15-16 Min.

1. Kartoffeln schälen und in nicht zu kleine Stücke schneiden.
2. Crisp-Platte mit Backpapier auslegen und Kartoffeln darauf verteilen.
3. Kartoffeln mit Salz, Rosmarin und einer zerdrückten oder gehackten Knoblauchzehe würzen und mit Öl beträufeln.
4. 15-16 Minuten mit der Crisp-Funktion backen. Wenn die Kartoffeln unten zu dunkel werden, nach etwa 10 Minuten wenden und zu Ende backen.



## Gefülltes Gemüse

Funktion: Crisp  
Zubereitungszeit: 20 Min.  
Garzeit: 16 – 18 Min.

4 PORTIONEN

### ZUTATEN

2 Zucchini  
1 große Gemüsezwiebel  
250 g Frischkäse, z. B. Ricotta  
200 g gekochter Schinken  
100 g gewürfelter Käse  
100 g Parmesan  
3 Eier  
Petersilie  
Öl  
Salz  
Kräutermischung

1. Zucchini der Länge nach halbieren und aushöhlen (Kerne entfernen). Zwiebel halbieren und die Mitte entfernen. Das Gemüse auf einem Backpapier auf die Crisp-Platte geben.
2. Ricotta, klein geschnittenen, gekochten Schinken, gewürfelten Käse, Parmesan und Eier miteinander gut verrühren. Zuletzt die Petersilie und die Kräutermischung einrühren. Salzen.
3. Die Füllung in eine Spritztüte geben und in die ausgehöhlten Gemüsehälften verteilen. Mit etwas Öl beträufeln.
4. 16-18 Minuten mit der Crisp-Funktion backen, bis die Füllung gar ist und die Gemüsehälften weich sind.

## Apfelstrudel

Funktion: Crisp  
Zubereitungszeit: 15 Min.  
Garzeit: 15-16 Min.

6-8 PORTIONEN

### ZUTATEN

2 Scheiben Blätterteig, je 220-240 g  
6 Äpfel  
1 Orange  
50 g Walnüsse  
50 g Pinienkerne  
1 Teel. Zimtpulver  
50 g Sultaninen  
50 ml Rum  
50 g Zucker  
100 g Semmelbrösel

### ZUM BESTREICHEN:

1 Ei  
50 ml Milch

1. Sultaninen eine Weile in Rum einweichen.
2. Äpfel schälen und in Spalten schneiden. Mit gehackten Walnüssen, Pinienkernen, Zucker, Orangenschale und Zimt vermengen.
3. Die beiden Blätterteigscheiben leicht überlappend auslegen und mit einem Nudelholz zu einer zusammenhängenden, ovalen Fläche ausrollen.
4. Sultaninen und Semmelbrösel zur Apfelmischung dazugeben. Die Semmelbrösel nehmen die Feuchtigkeit der Äpfel auf.
5. Die Apfelmischung auf dem Blätterteig verteilen und diesen der Länge nach aufrollen.
6. Aus der Rolle einen Kreis formen und diesen auf die Crisp-Platte legen. Dabei das Papier vom Blätterteig zum Auslegen der Crisp-Platte verwenden. Den Strudel ein wenig flach drücken.
7. Mehrmals einschneiden und mit einer Mischung aus Ei und Milch bestreichen.
8. 15-16 Minuten mit der Crisp-Funktion backen.





# Kombi-Rezepte

## Lasagne

FÜR 4 - 6 PORTIONEN

### ZUTATEN

#### FÜR DIE FLEISCHSOÛE:

500 g Rinderhack  
1 mittelgroße Zwiebel, 100-125 g, fein gehackt  
1 Knoblauchzehe, zerdrückt  
15 g Butter (1 Essl.)  
2 Essl. Öl  
500 g Tomaten aus der Dose  
1 ½ Rinderbrühwürfel + 100 ml Wasser  
Salz, Pfeffer, Kräuter

#### FÜR DIE HELLE SOÛE:

50 g Butter  
40 g Mehl  
600 ml Milch  
Salz  
Muskat

300 g Lasagneplatten  
40 - 50 g Parmesan, gerieben  
ca. 30 g (2 Essl.) Butterflöckchen  
100 g Mozzarella, klein geschnitten

Funktion: Mikrowelle, Umluft + Mikrowelle

Zubereitungszeit: 1 Stunde

Garzeit: 23 - 25 Min.

1. Das Fleisch mit der Zwiebel und Knoblauch in Butter und Öl gut anbraten.
2. Die Tomaten sowie die zerdrückten, mit Wasser und Gewürzen verrührten Brühwürfel hinzufügen und etwa 1 Stunde köcheln lassen. In der Zwischenzeit die helle Soße zubereiten.
3. Die Butter für die helle Soße in eine Mikrowellen-geeignete Schüssel geben und 1 - 1 ½ Minuten lang bei 350 W zerlassen. Dann Mehl und Milch einrühren.
4. 6 - 7 Minuten lang bei 750 W kochen, bis die Soße eindickt. Dabei alle zwei Minuten umrühren, damit die Soße nicht ansetzt. Mit Salz und Muskat würzen.
5. Bei Lasagneplatten, die vorgekocht werden müssen, immer 3 oder 4 Lasagneplatten auf einmal in kochendes Salzwasser geben und halbgar kochen. Abtropfen lassen, auf sauberen Geschirrtüchern auslegen und trockentupfen. Bei vorgekochten oder frischen Lasagneplatten können Sie diesen Schritt auslassen.
6. Eine rechteckige Backofen- und Mikrowellen-geeignete Auflaufform (30 x 20 cm) mit Butter einfetten, auf dem Boden eine Schicht Fleischsoße verteilen, mit einer Schicht Lasagneplatten bedecken und darüber eine Schicht helle Soße und etwas Mozzarella geben.
7. Diese Schichten wiederholen, bis die Lasagneblätter und die Soßen aufgebraucht sind, die oberste Schicht mit Parmesan bestreuen und mit Butterflöckchen belegen.
8. Die Auflaufform auf den unteren Metallrost stellen und die Lasagne mit Umluft (200 - 210 °C) + Mikrowelle (160 W) 23-25 Minuten lang garen.



## Käse-soufflé

Funktion: Mikrowelle, Schnellhitze, Umluft  
Zubereitungszeit: 12-15 Min.  
Garzeit: 40-50 Min.

FÜR 6 PORTIONEN

### ZUTATEN

75 g Butter  
75 g Mehl  
500 ml Milch  
25 g Maismehl (2 ½ Essl.)  
150 g Cheddar (Hartkäse), grob geraspelt  
6 Eier, getrennt  
Salz, Pfeffer

1. Die Butter in ein Mikrowellen-geeignetes Gefäß geben, das groß genug für den gesamten Soufflé-Teig ist. Gefäß abdecken und Butter 2 Minuten lang bei 350 W zerlassen.
2. Mehl unterrühren. Nach und nach Milch dazugeben und mit dem Schneebesen verrühren.
3. 6-7 Minuten lang bei 750 W offen köcheln lassen, bis die Masse dickflüssig wird. Alle 2 Minuten gut umrühren.
4. Stärkemehl und Käse dazugeben. Eigelb einzeln dazugeben und unterrühren. Teig mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Eiweiß steif schlagen. Eiweiß vorsichtig unter die Käsemasse heben.
6. Mit dem Löffel in eine große, leicht gefettete Soufflé-Form geben.
7. Den Ofen mit Schnellhitze auf 175 °C vorheizen, die Form auf den unteren Metallrost stellen und das Soufflé mit Umluft bei 170 - 175 °C 40 - 50 Minuten lang backen.

Während des Backens darf die Ofentür nicht geöffnet werden. Andernfalls fällt das Soufflé zusammen.

## Im Ofen gebackene Lachsfilets

Funktion: Mikrowelle, Schnellhitze, Umluft + Mikrowelle  
Zubereitungszeit: 5 Min.  
Garzeit: 12 - 16 Min.

FÜR 4 - 6 PORTIONEN

### ZUTATEN

4 - 6 Lachsfilets (ca. 150 g pro Filet)  
Salz, Pfeffer  
30 - 40 g Butter (2 - 2 ½ Essl.)

### FÜR DIE SOÛBE:

200 ml Crème double oder Crème fraîche  
200 ml Wasser  
1 Würfel Gemüsebrühe  
Pfeffer  
Estragon  
10 ml (2 Teel.) Dijon-Senf

1. Den Lachs mit Wasser gut abspülen und trockentupfen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
2. Die Butter in einer Mikrowellen-geeigneten Schüssel abgedeckt ½ - 1 Minute mit der Mikrowelle bei 350 W zerlassen.
3. Die Filets in eine flache Mikrowellen- und Backofen-geeignete Form legen. Die Oberseite der Filets mit der Butter einpinseln.
4. Den Ofen mit Schnellhitze auf 200 °C vorheizen.
5. Die Form mit dem Lachs auf den unteren Metallrost stellen und die Filets mit Umluft (200 - 210 °C) + Mikrowelle (160 W) 12 - 16 Minuten lang backen (die Garzeit richtet sich nach der Dicke der Filets).
6. In der Zwischenzeit können Sie die Soße zubereiten. Alle Zutaten in einem Stieltopf verrühren.
7. Die Soße unter ständigem Rühren aufkochen lassen und einige Minuten weiterköcheln, bis sie sämig wird.
8. Den Fisch und die Soße mit Salzkartoffeln und gekochtem Gemüse wie Spargel oder Brokkoli servieren. Mit Zitronenstücken garnieren.

Der Lachs und die Soße können auch kalt serviert werden.

## Kalbsbraten

Funktion: Schnellhitze, Umluft + Mikrowelle

Zubereitungszeit: 10 Min.

Garzeit: 55 - 60 Min.

FÜR 4 - 6 PORTIONEN

### ZUTATEN

ca. 1 kg entbeinte Kalbslende als Rollbraten  
Salz, Pfeffer  
250 g Champignons  
250 g Schalotten, fein gehackt  
2 - 3 Essl. Butter

### FÜR DIE SOÛE:

200 ml Crème double  
oder Crème fraîche  
4 Essl. Weißwein  
Schnittlauch oder Petersilie  
Salz, Pfeffer

1. Den Ofen mit Schnellhitze auf 175 °C vorheizen.
2. Das Fleisch mit Pfeffer und Salz würzen und in eine gefettete Backofen- und Mikrowellen-geeignete Schüssel geben. Das Gemüse darum herum verteilen.
3. Mit Butterflöckchen belegen.
4. Die Schüssel auf den unteren Metallrost stellen.
5. Mit Umluft (175 °C) + Mikrowelle (160 W) 55 - 60 Minuten lang garen. Den Braten nach der Hälfte der Garzeit umdrehen und das Gemüse umrühren. Das Fleisch ist medium gegart, wenn die Kerntemperatur 68-70 °C beträgt, und durchgegart, wenn 75 °C erreicht werden.
6. Den Braten während der Zubereitung der Soße mit Folie abdecken.
7. In einem Stieltopf den Fleischsaft, Crème double bzw. Crème fraîche und Weißwein verrühren. Die Soße aufkochen und einige Minuten leise köcheln lassen, bis sie sämig wird. Schnittlauch oder Petersilie hineingeben und abschmecken.
8. Das Fleisch aufschneiden und mit dem Gemüse, Kartoffeln und anderem gekochten Gemüse servieren.



## Gemüsegratin

Funktion: Mikrowelle, Grill + Mikrowelle

Zubereitungszeit: 10 - 20 Min.

Garzeit: 12 - 14 Min.

FÜR 4 PORTIONEN

### ZUTATEN

ca. 750 g gekochtes Gemüse wie Endivien,  
Rosenkohl, Lauch, Sellerie, Blumenkohl, Fenchel  
usw.  
300 ml helle Soße  
75-100 g geriebener Käse  
2 Essl. Semmelbrösel  
25 g Butterflöckchen (1 ½ Essl.)

1. Eine flache Backofen- und Mikrowellen-geeignete Auflaufform (22 x 30 cm bzw. rund mit einem Durchmesser von 25-26 cm) mit Butter einfetten.
2. Das gekochte und abgetropfte Gemüse hineinlegen.
3. Als helle Soße die halbe Menge der hellen Soße für das Lasagnerezept zubereiten. Die Soße über das Gemüse geben, so dass dieses bedeckt ist. Käse und Semmelbrösel vermengen und über die Soße streuen. Butterflöckchen darauf verteilen.
4. Die Auflaufform auf den Drehteller stellen und mit Grill + Mikrowelle (350 W) 12 - 14 Minuten lang garen.

Reste von gekochtem Gemüse sind ebenso geeignet wie frisches Gemüse, das jedoch zuvor gegart werden muss, beispielsweise mit der Garautomatik des Ofens, so vorhanden.

## Plätzchen

Funktion: Mikrowelle, Schnellhitze, Umluft  
Zubereitungszeit: 15 Min.  
Backzeit: 24 - 30 Min. (FÜR 2 BLECHE)

ERGIBT 22 - 24 STÜCK (2 BLECHE)

### ZUTATEN

125 g Butter  
1 Ei  
125 g feiner Zucker  
250 g Mehl  
1 Prise Salz  
1 Ei zum Bestreichen  
Belegkirschen

1. Die Butter in einer Mikrowellen-geeigneten Schüssel abgedeckt 1 ½ - 2 Minuten bei 350 W zerlassen.
2. Ei und Zucker schaumig rühren. Das Mehl und die zerlassene Butter hinzufügen und die Masse zu einem glatten Teig kneten.
3. Den Teig 1 cm dick auswellen und mit einem Glas (5 cm Durchmesser) kleine Kreise ausstechen. Die ausgestochenen Teigstücke auf ein eingefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
4. Die Oberfläche der Plätzchen mit verquirltem Ei bestreichen und mit einer halben Belegkirsche dekorieren.
5. Den Ofen mit Schnellhitze auf 200 °C vorheizen und mit Umluft 12 - 15 Minuten lang bei 200 °C backen.

## Kokosmakronen

Funktion: Schnellhitze, Umluft  
Zubereitungszeit: 7 - 8 min.  
Backzeit: 35 - 40 min.

ERGIBT 18 - 20 STÜCK

### ZUTATEN

2 Eiweiß  
80 g feiner Zucker  
1 - 2 Tropfen Vanilleextrakt oder 2 Teel.  
Vanillezucker  
1 - 2 Tropfen Mandelessenz  
100 g Kokosraspeln  
18 - 20 Makronen

1. Eiweiß steif schlagen.
2. Zucker, Vanilleextrakt und Mandelessenz nach und nach unterschlagen.
3. Die Kokosraspeln unter die Masse heben.
4. Backblech mit Back- oder Pergamentpapier auslegen. Mit einem Teelöffel Häufchen auf das Backblech setzen.
5. Den Ofen mit Schnellhitze auf 125 °C vorheizen und mit Umluft 35 - 40 Minuten lang backen.
6. Die Makronen im Ofen bei geöffneter Ofentür abkühlen lassen.





**Bauknecht**  
Mehr als Technik

D

Bauknecht ist eine eingetragene Handelsmarke von IRE Beteiligungs GmbH.  
Nutzung/Veröffentlichung, auch in anderen Medien, ganz oder  
auszugsweise, nur mit Genehmigung des Herausgebers.



5019 120 00438