

AS SEEN ON
TV
ORIGINAL



livington®

COPPER & STONE PAN

— Rezepthef —

inklusive Pflegehinweise

EN, FR, IT, NL, HU, CZ, SK, RO: www.copperstone.tv

EN: In order to help protect the environment, you can download the recipes online at

FR: Pour des raisons de protection de l'environnement, vous trouverez les recettes en ligne, à télécharger sous le lien

IT: Per ragioni di tutela ambientale, potrete scaricare direttamente online la ricetta all'indirizzo

NL: Uit milieuoverwegingen vindt u de recepten online, vanwaar ze kunnen worden gedownload

HU: Természetvédelmi okokból a recepteket az alábbi linken tudja letölteni

CZ: Z důvodu ochrany životního prostředí naleznete recepty online ke stažení na adrese

SK: Z dôvodu ochrany životného prostredia sú recepty online a môžete si ich stiahnuť na

RO: Dun motive de protecție a mediului, rețetele le puteți descărca de pe internet de la adresa

INHALTSVERZEICHNIS

FRÜHSTÜCK

Crêpes mit Beerensoße und Schlagsahne	4
Buttermilch-Pfannkuchen mit Apfel-Ahorn-Kompott und Speck	6
Englisches Frühstück mit Hash Browns	8

MITTAGESSEN

Frittata mit Schinken und Cheddar	10
Eier Royale	12
Sandwich mit Würstchen und karamellisierten roten Zwiebeln	14

ABENDESSEN

Hähnchen-Piccata	16
Hähnchen Tikka Masala	18
Hähnchen mit Orangenglasur	20
Saftiges Flanksteak auf Gemüsebett mit Chimichurri Soße	22
Pad Thai Garnelen	24
Hähnchen-Geschnetzeltes und Mischgemüse	26
Lachs aus der Pfanne mit Dill-Butter und Bohnen-Succotash	28
Filet-Steak mit Blauschimmelkäse auf weißen Bohnen und Spargel	30
Gebratene Riesengarnelen mit gebratenem Eierreis	32
Lachs mit Teriyaki-Marinade und Sprossen	34
Beef Bourguignon	36
Lammkoteletts mit Rosmarin und Knoblauch	38

DESSERT

Flambierte Mangos auf Vanilleeis	40
Gesalzenes Karamell auf Apfelscheiben	42
Milchreis mit Kirschkompott	44

Pflegehinweise	46
-----------------------------	----

ERKLÄRUNG DER LEGENDE

	
VORBEREITUNGSZEIT	GARZEIT

Crêpes mit Beerensoße und Schlagsahne



ERGIBT 12-14 CRÊPES

Zutaten

2 große Eier

350 ml Vollmilch (3,5 %)

100 g glattes Mehl

2 EL Streuzucker

1 Prise Meersalz

40 g ungesalzene Butter,
geschmolzen (in der
Mikrowelle 50 Sekunden
auf höchster Stufe)

Öl zum Braten der Crêpes

Soße:

500 g Beerenmischung
nach Wahl

40 g Butter

50 g Zucker

Mit fertiger Schlagsahne
servieren

Zubereitung

1. Schlagen Sie die Eier mit der Milch in einer Schüssel mit einem Handrührgerät auf. Geben Sie das Mehl, eine Prise Salz und Zucker, falls gewünscht, hinzu und vermischen Sie alles 5 Sekunden lang, während Sie die Butter langsam hinzufügen.
2. Stellen Sie die Mischung für 30 Minuten in den Kühlschrank.
3. Nachdem der Teig geruht hat, erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze und geben Sie etwas Öl hinzu. Schwenken Sie die Pfanne. Nehmen Sie einen Schöpflöffel voll oder 60 ml Teig und gießen Sie ihn in die Pfanne, während Sie sie so schwenken, dass sich der Teig gleichmäßig verteilt. Drehen Sie die Crêpe nach etwa 1 Minute um und lassen Sie sie noch einmal etwa 30 Sekunden garen, bevor Sie sie auf einen Teller geben. Wiederholen Sie diesen Vorgang, bis der Teig aufgebraucht ist.
4. Schmelzen Sie die Butter in der Pfanne und geben Sie die Beeren und den Zucker hinzu. Erwärmen Sie alles für 2-3 Minuten, bis der Zucker geschmolzen ist und sich einige der Früchte aufgelöst haben.
5. Nehmen Sie pro Portion zwei Crêpes und legen Sie sie in Viertel. Geben Sie etwas Früchte und Schlagsahne darauf.



Buttermilch-Pfannkuchen mit Apfel-Ahorn-Kompott und Speck



ERGBIT
18 PFANNKUCHEN

Zutaten

KOMPOTT

25 g ungesalzene Butter

550 g Äpfel, entkernt und
sehr dünn geschnitten

1 TL Zimt

180 ml Ahornsirup

1 Prise Salz

150 g durchwachsener Speck

PFANNKUCHEN

240 g glattes Mehl

1 EL Backpulver

1 1/2 TL Natron

1 TL Zimt

1/4 TL Muskat

1/2 TL Meersalz

2 große Eier

1 TL Vanillepaste

450 - 500 ml Buttermilch

25 g ungesalzene,
geschmolzene Butter

Zubereitung

1. Schmelzen Sie die Butter in der Pfanne bei mittlerer Hitze, geben Sie die Äpfel und den Zimt hinzu und garen Sie alles 5 Minuten. Geben Sie dann den Sirup hinzu und garen Sie alles eine weitere Minute. Stellen Sie die Mischung in einer Schüssel beiseite, um sie mit den Pfannkuchen zu servieren.
2. Braten Sie den Speck bei mittlerer Hitze 3 Minuten auf jeder Seite und stellen Sie ihn beiseite.
3. Für die Pfannkuchen, geben Sie die trockenen Zutaten in eine Schüssel und vermischen Sie sie mit den feuchten Zutaten (einige Klumpen sind in Ordnung, da die Pfannkuchen nicht zu fest sein sollen).
4. Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze und halten Sie diese Temperatur. Braten Sie die Pfannkuchen in Portionen von 60 ml für 1-2 Minuten, bis sich Blasen bilden, und wenden Sie sie dann, um sie eine weitere Minute zu braten. Gehen Sie mit dem restlichen Teig ebenso vor. Sie können die Pfannkuchen bei 100 °C im Ofen warmhalten, bis alle fertig sind. Legen Sie die Pfannkuchen auf einen Teller und servieren Sie sie mit dem Speck und Kompott.



Englisches Frühstück mit Hash Browns



Zutaten

2 Kartoffeln
1 Ei, geschlagen
1-2 EL Kartoffelmehl
2 EL Öl
8 Speckscheiben
8 Würstchen
4 Tomaten
200 g Mini-Champignons
415 g Baked Beans
Toast (optional)

HINWEIS:

Je nachdem wie viele Pfannen Sie für die Zubereitung des Frühstücks haben, sollten Sie die fertigen Gerichte im Ofen warmhalten, während Sie die übrigen zubereiten.

Zubereitung

1. Reiben Sie die Kartoffeln in eine Schüssel, die mit einem Tuch ausgelegt ist. Drücken Sie anschließend die Kartoffeln aus, sodass ein Großteil der Flüssigkeit entfernt wird. Drücken Sie dann erneut. Geben Sie 1 bis 2 EL Kartoffelmehl hinzu und formen Sie 4 runde Hash Browns mit einem Durchmesser von ca. 9 cm.
2. Erhitzen Sie 1 EL Öl in der Pfanne und braten Sie die Hash Browns 5-6 Minuten unter häufigem Wenden bei mittlerer Hitze. Geben Sie nach der Hälfte der Garzeit einen weiteren Esslöffel Öl hinzu.
3. Braten Sie den Speck bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten auf jeder Seite. Legen Sie ihn auf einem Küchentuch beiseite, damit das Fett abtropfen kann.
4. Braten Sie die Würstchen 3 Minuten lang bei mittlerer Hitze, reduzieren Sie die Hitze dann und braten Sie sie noch 10 Minuten. Stellen Sie sie zur Seite.
5. Halbieren Sie die Tomaten und garen Sie sie bei mittlerer Hitze 2-3 Minuten auf jeder Seite. Legen Sie sie zur Seite.
6. Dünsten Sie die Pilze 2-3 Minuten lang an und legen Sie sie zur Seite.
7. Schlagen Sie die Eier auf und bereiten Sie sie nach Belieben zu.
8. Erwärmen Sie die Bohnen für 2-3 Minuten in der Pfanne.
9. Toasten Sie das Brot und richten Sie alles auf 4 Tellern an.



Frittata mit Schinken und Cheddar



Zutaten

2 EL Olivenöl
1 kleine Zwiebel, in Scheiben
½ rote und grüne Paprika, in dünnen Streifen
8 Eier
2 EL Doppelrahm (Crème double)
100 g Cheddar, gerieben
150 g Schinken, gewürfelt
Salz und Pfeffer nach Bedarf
½ TL geräucherte Paprika
2 EL frische Petersilie, gehackt
Mit getoastetem Sauerteigbrot servieren

Zubereitung

- 1.** Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze und geben Sie etwas Öl hinzu. Dünsten Sie die Zwiebeln 3 Minuten, bis sie goldbraun werden, geben Sie dann die Paprikastreifen hinzu und garen Sie sie 5 Minuten lang.
- 2.** Vermischen Sie Eier, Doppelrahm, Gewürze und Paprika mit 1 EL Petersilie in einer Schüssel.
- 3.** Geben Sie bei mittlerer Hitze 1 EL Öl in die Pfanne und gießen Sie die Eiemischung hinzu. Rühren Sie vorsichtig um und geben Sie den Käse, den Schinken und das Gemüse hinzu. Verteilen Sie beim Rühren alles gleichmäßig. Garen Sie alles 2 Minuten lang unter ständigem Rühren und setzen Sie einen passenden Deckel auf die Pfanne. Reduzieren Sie die Hitze und braten Sie die Zutaten, bis alles durch ist.
- 4.** Fahren Sie mit einem Pfannenwender um die Frittata, damit sich die Ränder lösen, heben Sie sie heraus und schneiden Sie sie in 4 Teile. Streuen Sie die restliche Petersilie darüber.
- 5.** Mit getoastetem Sauerteigbrot servieren.



Eier Royale



Zutaten

SOSSE HOLLANDAISE

4 Eigelb

1 bis 1½ EL frischer
Zitronensaft je nach
Geschmack

1 EL Wasser

½ TL Meersalz

125 g ungesalzene Butter,
in Würfeln

4 große Eier

4 Englische Muffins

120 g Räucherlachs

1 Avocado, in dünnen
Scheiben (optional)

2 EL Schnittlauch, gehackt

Zubereitung

1. Geben Sie die Butter in die Pfanne und schmelzen Sie sie bei mittlerer Hitze für 2 Minuten, bis sie Blasen schlägt. Gießen Sie sie in einen Behälter für die spätere Verarbeitung in einem Mixer oder einer Küchenmaschine.
2. Geben Sie das Eigelb, den Zitronensaft, das Wasser und das Salz in die Küchenmaschine oder den Mixer und mischen Sie alles für 1½ Minuten. Die Masse wird schaumig. Gießen Sie die heiße Butter langsam hinzu. Nicht schnell dazumengen, damit die Masse nicht gerinnt. Alles sollte 40 bis 60 Sekunden lang vermischt werden. Nach Belieben würzen und Mischung in einem Behälter zur Seite stellen.
3. Füllen Sie die Pfanne mit Wasser und bringen Sie es zum Kochen. Reduzieren Sie die Hitze etwas und setzen Sie die Eier in die Pfanne, kochen Sie sie für 3 Minuten und entnehmen Sie sie. Da die Pfanne flach ist, schlagen wir vor, die Eier nach der Hälfte der Zeit vorsichtig umzudrehen.
4. Toasten Sie die Muffins und belegen Sie sie mit Avocado-Streifen, falls gewünscht, und jeweils 30 g Räucherlachs, geben Sie die Eier und die Soße darüber und streuen Sie den Schnittlauch darauf.



Sandwich mit Würstchen und karamellisierten roten Zwiebeln



Zutaten

1 EL Olivenöl

1 große rote Zwiebel, dünn
geschnitten

8 Cumberland- oder
Lincolnshire-Würstchen

2 EL Butter

8 dicke Scheiben Weißbrot,
ggf. getoastet

Ketchup oder Senf

Zubereitung

1. Geben Sie das Öl in die Pfanne und garen Sie die Zwiebeln unter häufigem Rühren 10 Minuten, bis sie karamellisieren. Legen Sie sie zur Seite.
2. Legen Sie die Würstchen in die Pfanne und garen Sie sie bei mittlerer Hitze für 3 Minuten. Reduzieren Sie die Hitze und braten Sie sie noch einmal 8-10 Minuten unter gelegentlichem Wenden.
3. Bestreichen Sie das Brot mit Butter und halbieren Sie die Würstchen. Legen Sie 4 Hälften auf jedes Brot, geben Sie die Zwiebeln darüber und würzen Sie mit Ketchup oder Senf.



Hähnchen-Piccata



Zutaten

2 Hähnchenbrüste ohne Knochen und Haut (450 g), halbiert und auf 2 cm Stärke geklopft

1 TL Meersalz

½ TL Pfeffer

40 g glattes Mehl

2 EL Olivenöl (optional)

Schale einer Zitrone

Saft von 2 Zitronen (4 EL)

200 ml Hähnchenbrühe

1 EL Kapern

2 EL frische Petersilie, grob gehackt

45 g ungesalzene Butter

Sehr dünne Spaghetti

Zubereitung

- 1.** Legen Sie die Hähnchenbrüste zwischen zwei Blatt Backpapier und klopfen Sie sie mit einem Fleischklopfer oder einer schweren Pfanne auf 2 cm Stärke.
- 2.** Geben Sie Salz und Pfeffer zum Mehl hinzu und wenden Sie die Hähnchenbrüste darin.
- 3.** Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze und geben Sie 1 EL Öl hinzu. Legen Sie die Hähnchenbrust in die Pfanne und braten Sie sie 2 Minuten auf beiden Seiten, bis sie braun ist. Stellen Sie sie dann auf einem Teller beiseite, während Sie den Rest zubereiten. Geben Sie das restliche Öl hinzu und braten Sie die Hähnchenbrust noch einmal 2 Minuten von jeder Seite. Gießen Sie den Zitronensaft und die Brühe hinzu und legen Sie das Hähnchen wieder in die Pfanne. Garen Sie es noch 2 Minuten.
- 4.** Nehmen Sie das Hähnchen anschließend heraus und legen Sie es auf einen Teller. Geben Sie die Kapern in die Pfanne, verrühren Sie die Butter mit der Soße und lassen Sie alles 2-3 Minuten lang leicht reduzieren. Gießen Sie die Soße über das Hähnchen und streuen Sie etwas Petersilie darüber.
- 5.** Mit Pasta servieren.



Hähnchen Tikka Masala



Zutaten

6 EL Tikka-Paste (in zwei Hälften geteilt)

2 ganze Hähnchenbrüste ohne Knochen und Haut (450 g), in 2 cm große Würfel geschnitten

200 g Naturjoghurt

2 EL Ghee oder Öl (optional)

1 große gelbe Zwiebel, geschält und dünn geschnitten

1 rote Paprika, in 2 cm große Würfel geschnitten

350 ml Hähnchenbrühe

2-3 EL Tomatenmark

20 g Mandelmehl

Meersalz nach Bedarf

100 ml Doppelrahm (Crème double)

Koriander, Limettenspalten und Chutney zum Garnieren

Mit Basmati-Reis oder Naan-Brot servieren

Zubereitung

- 1.** Vermischen Sie 3 EL der Tikka-Paste mit dem Joghurt und legen Sie das Hähnchen in die Marinade. Zum Marinieren können Sie einen mittelgroßen Gefrierbeutel verwenden. Legen Sie es 1 Stunde in den Kühlschrank.
- 2.** Geben Sie bei mittlerer Hitze Öl in die Pfanne und dünsten Sie die Zwiebeln etwa 4-5 Minuten, bis sie langsam braun werden. Geben Sie dann die Paprika und die restlichen 3 EL Tikka-Paste, Tomatenmark und Mandelmehl hinzu. Lassen Sie alles 2 Minuten garen und geben Sie die Brühe hinzu. Lassen Sie alles ca. 5 Min auf kleiner Flamme einkochen. Legen Sie es in einer Schale zur Seite.
- 3.** Nehmen Sie das Hähnchen aus der Marinade und lassen Sie es abtropfen. Geben Sie 1 EL Öl oder Ghee in eine saubere Pfanne und garen Sie das Hähnchen ca. 5 Minuten, bis es fast durch ist. Wenden Sie es dabei regelmäßig. Geben Sie die Soßen-Zwiebel-Mischung wieder in die Pfanne und kochen Sie alles weitere 3 Minuten. Schlagen Sie die Crème unter und schmecken Sie ab. Garnieren Sie das Gericht mit Koriander und servieren Sie es mit Limettenspalten und Naan oder Reis.



Hähnchen mit Orangenglasur



Zutaten

2 Hähnchenbrüste ohne Knochen und Haut (450 g), halbiert und auf 1,5 cm Stärke geklopft

Salz und Pfeffer zum Würzen des Hähnchens

40 g glattes Mehl

2 EL Öl (optional)

100 ml Orangensaft

GLASUR

90 g Orangenmarmelade

1 TL Dijon-Senf

½ rote Chili, ohne Kerne und fein gewürfelt

1 Stk. Knoblauchzehe, zerdrückt

100 ml Orangensaft

2 EL frische Petersilie, gehackt

Schale einer halben, unbehandelten Orange

Mit Pilawreis servieren

Zubereitung

1. Legen Sie die Hähnchenbrüste zwischen zwei Blatt Backpapier und klopfen Sie sie mit einem Fleischklopfer oder einer schweren Pfanne auf 1,5 cm Stärke.
2. Geben Sie Salz und Pfeffer zum Mehl hinzu und wenden Sie die Hähnchenbrüste darin.
3. Erwärmen Sie die Pfanne auf mittlere Hitze und geben Sie 1 EL Öl hinzu. Legen Sie die Hähnchenbrust in die Pfanne und braten Sie sie 2 Minuten auf beiden Seiten, bis sie braun ist. Stellen Sie sie dann auf einem Teller beiseite. Vermischen Sie nun alle Zutaten für die Glasur in einer kleinen Schüssel. Geben Sie das restliche Öl hinzu und braten Sie die Hähnchenbrust noch einmal 2 Minuten von jeder Seite. Gießen Sie den Orangensaft und die Glasur hinzu und legen Sie das Hähnchen wieder in die Pfanne. Reduzieren Sie die Hitze und garen Sie es noch 2 Minuten, während Sie das Hähnchen darin wenden.
4. Mit Pilawreis servieren und mit Petersilie und der Orangenschale garnieren.



Saftiges Flanksteak

auf Gemüsebett mit Chimichurri Soße



Zutaten

2 Bavette-Steaks oder
ähnliches, wie Flanke (450 g)

Meersalz und Pfeffer zum
Abschmecken

2 EL Öl (optional)

CHIMICHURRI-SOSSE

2-3 Knoblauchzehen,
gewürfelt

25 g frische Petersilie,
gewaschen und ohne Stiele

1 TL getrockneter Oregano

½ TL geräucherte Paprika

3 EL Rot- oder
Weißweinessig

110 ml Olivenöl

¼ TL rote Chiliflocken
(Chipotle ist toll für einen
rauchigen Geschmack)

Salz und Pfeffer

SALAT

220 g Rucola

1 Bund Spargel, gewaschen
und gedünstet

175 g geschmorte
Artischockenherzen, halbiert

100 g Cherry-Tomaten,
halbiert

25 g Schafskäse, gerieben

Zubereitung

1. Geben Sie alle Zutaten der Soße in einen Mixer und häckseln Sie alles klein.
2. Würzen Sie die Steaks nach Bedarf mit Salz und Pfeffer.
3. Erwärmen Sie die Pfanne bei hoher Hitze und geben Sie das Öl und dann die Steaks hinzu. Braten Sie beide Seiten jeweils 3-5 Minuten lang an, je nach Stärke. Sie sollten das Fleisch nicht länger braten, da das Steak am besten rare serviert wird, damit es nicht zäh wird.
4. Nehmen Sie es aus der Pfanne und lassen Sie es 10 Minuten ruhen, bevor Sie es gegen die Maserung dünn aufschneiden.
5. Reinigen Sie die Pfanne, geben Sie 1 EL Öl hinzu und dünsten Sie den Spargel 4-5 Minuten.
6. Nachdem das Fleisch aufgeschnitten wurde, können Sie den Salat anrichten. Drapieren Sie den Salat auf einem Teller und legen Sie das Fleisch und das Gemüse darauf. Geben Sie die Soße hinzu.
7. Mit knusprigem Brot servieren.



Pad Thai Garnelen



Zutaten

200 g flache Reisnudeln
50 ml Wasser
1 EL Tamarinde-Konzentrat
30 g Rohrzucker oder hellbrauner Zucker
3 EL frischer Limettensaft
1 EL Reisweinessig
2 EL Thai-Fischsoße
2 EL Pflanzenöl (optional)
3 große Schalotten, in dünne Ringe geschnitten
2 Eier, geschlagen
300 g rohe Riesengarnelen
60 g Zuckererbsen, halbiert
100 g frische Bohnensprossen
60 g geröstete Erdnüsse, grob gehackt
10 g frischer Koriander, grob gehackt oder im Ganzen
½ rote Chili, dünn geschnitten zum Garnieren
Zitronenscheiben und Sriracha-Soße zum Garnieren

Zubereitung

1. Bereiten Sie die Nudeln entsprechend der Anleitung auf der Verpackung zu und stellen Sie sie beiseite.
2. Geben Sie Wasser, Tamarinde, Zucker, Zitronensaft, Reiswein und Fischsoße in die Pfanne, lassen Sie alles 1 Minute simmern und stellen Sie die Soße in einer Schüssel beiseite. Reinigen Sie die Pfanne.
3. Geben Sie 1 EL Öl in die Pfanne erhitzen Sie es bei hoher Hitze. Fügen Sie die Schalotten hinzu und braten Sie sie unter ständigem Rühren für 5-7 Minuten an. Legen Sie die gerösteten Schalotten zur Seite.
4. Schlagen Sie die Eier auf und garen Sie sie unter Rühren 1 Minute in der Pfanne. Stellen Sie sie in einer Schale zur Seite.
5. Geben Sie 1 EL Öl in die Pfanne und geben Sie die Frühlingszwiebeln hinzu. Lassen Sie sie 1 Minute dünsten und geben Sie die Garnelen hinzu. Garen Sie sie 1-2 Minuten, bis sie glasig werden. Stellen Sie sie beiseite und lassen Sie überschüssiges Wasser abtropfen.
6. Geben Sie die Soße und die Nudeln in die Pfanne und kochen Sie sie 1 Minute. Achten Sie darauf, dass kein Wasser zurückbleibt, damit sie nicht wässrig werden. Lassen Sie die Flüssigkeit andernfalls verkochen. Geben Sie die Garnelen und die Frühlingszwiebeln wieder in die Pfanne, fügen Sie die Hälfte der Schalotten und die Hälfte der Erdnüsse, alle Bohnensprossen und die Zuckererbsen hinzu und kochen Sie sie bei geringer Hitze für einige Minuten.
7. Richten Sie alles auf einem Teller an und geben Sie die restlichen Schalotten, Erdnüsse, Chilis und den Koriander darüber. Legen Sie Zitronenscheiben um den Teller.
8. Mit einem Schuss Fischsoße und etwas Sriracha- Soße servieren.



Hähnchen-Geschnetzeltes und Mischgemüse



Zutaten

2 EL Erdnuss- oder Pflanzenöl (optional)

450 g Hähnchenbrüste ohne Knochen und Haut, in 1 cm breite Streifen geschnitten

5 Frühlingszwiebeln, auf 5 cm Länge geschnitten

3 Knoblauchzehen, gewürfelt

1,5 cm frischer Ingwer, gewürfelt

1 rote Chili, dünn geschnitten

1 rote Paprika, in 1 cm dicke Streifen geschnitten

200 g zarter Broccoli, in 5 cm Röschen geschnitten

40 g geröstete Cashew-Kerne

Reis nach Wahl oder chinesische Nudeln zum Servieren

SOSSE

1½ EL Maismehl

120 ml Hähnchenbrühe oder Wasser

1 EL chinesischer Reisweinessig

2½ EL leichte Sojasoße

2 EL brauner Zucker

1 EL Sesam-Öl

Zubereitung

1. Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze und geben Sie 1/2 EL Öl hinzu. Schwenken Sie die Pfanne. Geben Sie die Hälfte des Hähnchens hinzu und garen Sie es 2-3 Minuten. Stellen Sie es in einer Schüssel beiseite. Garen Sie den Rest auf gleiche Weise und stellen Sie ihn zur Seite.
2. Reinigen Sie die Pfanne, geben Sie einen EL Öl hinzu und schwenken Sie die Pfanne. Geben Sie die Frühlingszwiebeln, den Knoblauch, den Ingwer und die Chili hinzu und rühren Sie 1 Minute. Geben Sie die Paprikastreifen und den Broccoli hinzu und garen Sie alles 1 Minute unter Rühren. Fügen Sie das Hähnchen und die Soße hinzu und lassen Sie es unter Rühren 1-2 Minuten kochen. Geben Sie die Cashew-Kerne hinzu.
3. Richten Sie mit Reis oder Nudeln nach Wahl an.



Lachs aus der Pfanne

mit Dill-Butter und Bohnen-Succotash



Zutaten

4 Lachsfilets (je ca. 130 g)

Salz und Pfeffer zum Würzen
nach Bedarf

50 g Butter

Je 1 EL frischer Dill und
Estragon, gehackt

SUCCOTASH

1 EL Pflanzenöl (optional)

200 g Feuerbohnen, in 2 cm
Stücke geschnitten

½ rote Zwiebel, gewürfelt

1 rote Paprika, gewürfelt

4 Maiskolben, die Kerne
abgeschnitten

6 Cherry-Tomaten, geviertelt

60 ml Weißwein

Salz und Pfeffer nach Bedarf

Einige Prisen Cayennepfeffer

4 Zitronenscheiben zum
Servieren

Zubereitung

1. Vermischen Sie die Butter und die Kräuter und formen Sie in Frischhaltefolie eine Rolle daraus. Kühlen Sie sie, bis sie benötigt wird. Eventuell benötigen Sie nicht die gesamte Kräuterbutter. Sie eignet sich aber auch für andere Gerichte.
2. Füllen Sie die Pfanne zur Hälfte mit Wasser und bringen Sie es zum Kochen. Kochen Sie die Bohnen 4-5 Minuten, gießen Sie sie ab und stellen Sie sie beiseite.
3. Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze. Würzen Sie den Lachs mit Salz und Pfeffer und braten Sie ihn 6-7 Minuten auf der Hautseite. Drehen Sie ihn um und braten Sie ihn weitere 6-7 Minuten. Legen Sie ein Stück Butter darauf, setzen Sie den Deckel auf und stellen Sie die Pfanne beiseite.
4. Erwärmen Sie eine weitere Pfanne bei mittlerer Hitze und geben Sie das Öl und die Zwiebeln hinzu. Garen Sie sie 2-3 Minuten und geben Sie die Paprika hinzu. Garen Sie sie weitere 2 Minuten und geben Sie nun den Mais, die Tomaten, die Bohnen und den Wein hinzu. Garen Sie alles weitere 2 Minuten und würzen Sie nach Geschmack.
5. Richten Sie das Succotash auf einem Teller an und legen Sie ein Stück Lachs mit einem Stück Zitrone über jede Portion.



Filet-Steak mit Blauschimmelkäse auf weißen Bohnen und Spargel



Zutaten

1 EL Olivenöl (optional)
4 Knoblauchzehen, zerdrückt
2 Dosen Cannellini-Bohnen,
abgossen und gewaschen
(Abtropfgewicht 480 g)
150 ml Hähnchenbrühe
je 1 Zweig Rosmarin und
Thymian
100 g Cherry-Tomaten,
halbiert
Eine Prise Chiliflocken
15 g Romano-Käse, gerieben
4 Filet-Steaks ca. 3 cm dick
Salz und Pfeffer nach Bedarf
½ EL Olivenöl (optional)
4 EL frisches Paniermehl
50 g Stilton-
Blauschimmelkäse,
zerbröseln
100 ml Rotwein
100 ml Rinderbrühe
15 g ungesalzene Butter
Thymian zum Garnieren

Zubereitung

1. Geben Sie Öl in die Pfanne und fügen Sie den Knoblauch hinzu. Garen Sie ihn 1/2 Minute und geben Sie dann die Bohnen hinzu.
2. Fügen Sie die Tomaten, Kräuter, Gewürze und Brühe hinzu. Alles 10 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen.
3. Vermischen Sie das Paniermehl und den Käse und stellen Sie die Mischung beiseite.
4. Erwärmen Sie die Pfanne auf mittlerer Hitze, geben Sie das Öl hinzu und braten Sie die Steaks auf jeder Seite 5-6 Minuten lang an. Streuen Sie die Paniermehl-Käse-Mischung darüber und geben Sie die Steaks in eine ofenfeste Form. Im Backofen braten, bis alles goldbraun ist.
5. Gießen Sie den Wein und die Brühe in die Pfanne, in der Sie die Steaks gebraten haben und reduzieren Sie die Flüssigkeit um die Hälfte. Rühren Sie die Butter unter und stellen Sie die Soße beiseite, um sie über den Steaks und Bohnen zu servieren.
6. Dünsten Sie den Spargel 2 Minuten in der Pfanne, geben Sie etwas Wasser hinzu, decken Sie die Pfanne ab und lassen Sie den Spargel 1 Minute lang kochen.
7. Richten Sie die Bohnen und den Spargel auf Tellern an und geben Sie die Steaks und die Soße darüber.



Gebratene Riesengarnelen mit gebratenem Eierreis



Zutaten

RIESENGARNELEN

300 g Shrimps

1 EL Erdnussöl

1 EL Ingwer, gerieben

3 Knoblauchzehen, gerieben

1 rote Chili, geschnitten

2 Köpfe Pak Choi, geviertelt

6 EL dunkle Sojasoße

1 EL helle Sojasoße

1 EL Shaoxing-Wein

10 g Koriander, gehackt

GEBRATENER EIERREIS

500 g gekochter Jasminreis

3 Eier, geschlagen

1 Bund Frühlingszwiebeln, der Länge nach geschnitten

2 EL Erdnussöl

¼ TL Sesam-Öl

¼ TL weißer Pfeffer

Zubereitung

1. Erwärmen Sie das Öl in der Pfanne, geben Sie den Ingwer, den Knoblauch und das Chili hinzu und dünsten Sie alles etwa eine Minute, bis der Knoblauch weich ist.
2. Fügen Sie die Shrimps hinzu und dünsten Sie sie, bis sie fast vollständig rosa sind. Geben Sie den Pak Choi, die Sojasoße und den Shaoxing-Wein hinzu und halten Sie eine relativ hohe Hitze bei. Decken Sie die Pfanne einige Minuten lang ab, bis der Pak Choi gar ist. Frühlingszwiebel und Koriander dazugeben.
3. Erhitzen Sie das Öl in der Pfanne.
4. Geben Sie den Reis hinzu und rühren Sie bei hoher Hitze ständig, bis der Reis warm ist.
5. Schieben Sie den Reis auf eine Seite und fügen Sie das geschlagene Ei hinzu, warten Sie, bis sich an der Unterseite eine Haut gebildet hat, und brechen Sie es dann langsam auf, so als würden Sie Rührei machen.
6. Vermischen Sie das Ei dann mit dem Reis und geben Sie den weißen Pfeffer hinzu.
7. Servieren Sie alles mit Frühlingszwiebeln und Sesamöl.



Lachs mit Teriyaki-Marinade und Rosenkohl



Zutaten

LACHS

- 4 Lachsfilets
- 20 g Ingwer, gerieben
- 4 TL Sesamöl
- 4 EL Ahornsirup
- 8 EL Teriyaki-Sojasoße
- 4 Knoblauchzehen, gerieben
- 2 EL Wasser
- 1 EL helle Sojasoße

ROSENKOHL

- 2 TL Erdnussöl
- 400 g Rosenkohl, fein gehackt
- 1 TL Sesamöl
- 1 EL schwarze Sesamsamen

Zubereitung

1. Vermischen Sie zuerst alle Zutaten für den Lachs und lassen Sie ihn 30 Minuten in der Marinade ziehen.
2. Erhitzen Sie die Pfanne und legen Sie den Lachs mit der Haut nach unten hinein.
3. Braten Sie den Lachs 3-4 Minuten bei mittlerer Hitze, wenden Sie ihn und garen Sie ihn weitere 4 Minuten, bis er durch ist. Gießen Sie kurz vorher die Marinade in die Pfanne und lassen Sie sie reduzieren.
4. Erhitzen Sie in der Zwischenzeit die Pfanne mit dem Erdnussöl. Geben Sie dann den Rosenkohl hinzu und lassen Sie ihn bei hoher Hitze einige Minuten garen. Er sollte etwas Farbe bekommen. Geben Sie zum Schluss das Sesamöl und den Sesam hinzu.
5. Richten Sie einen Teil des Rosenkohls, ein Lachsfilet und etwas Soße auf dem Teller an.



Beef Bourguignon



Zutaten

Öl, zum Anbraten des Rindfleischs

1 kg Rindfleisch, am Stück oder grob geschnitten

2-3 TL Butter

100 g durchwachsener Schinken, klein geschnitten

1 Zwiebel, in Scheiben

1 Möhre, in Scheiben

2 EL glattes Mehl

1 Flasche Burgunder oder Chianti

1 EL Tomatenmark

2 Knoblauchzehen, in Scheiben

1 Lorbeerblatt

2 Thymian-Zweige

12 kleine Zwiebeln, geschält und geschnitten, plus 10 g Butter

12 kleine Champignons, gewaschen und geschnitten, plus 10 g Butter

2 EL Petersilie, gehackt

400 g gekochte Kartoffeln oder Eiernudeln zum Servieren

Zubereitung

1. Heizen Sie den Ofen auf 150 °C vor. Erwärmen Sie die Pfanne, bis sie sehr heiß ist. Geben Sie dann etwas Öl hinzu und braten Sie das Rindfleisch dann in kleinen Portionen scharf an, bis es von allen Seiten braun ist. Stellen Sie es auf einem Teller beiseite.
2. Geben Sie die Butter und dann den Schinken in die Pfanne. Braten Sie den Schinken, bis er weich ist und etwas Farbe hat. Stellen Sie ihn mit dem Rindfleisch beiseite.
3. Geben Sie die Zwiebelscheiben und Möhren in die Pfanne, bis sie weich sind und etwas Farbe bekommen haben (fügen Sie bei Bedarf mehr Butter hinzu). Geben Sie am Ende den Knoblauch für einige Minuten hinzu.
4. Geben Sie alles wieder in die Pfanne und streuen Sie Mehl darüber, würzen Sie und fügen Sie die Kräuter, das Tomatenmark und den Wein hinzu, sodass das Fleisch bedeckt ist.
5. Geben Sie das Fleisch in eine ofenfeste Form und stellen Sie sie in den Ofen, um alles 2 ½ Stunden langsam zu garen.
6. Erhitzen Sie die Pfanne und geben Sie 10 g Butter hinein. Wenn sie Blasen schlägt, fügen Sie die Zwiebeln hinzu. Rühren Sie ständig um, damit sie gleichmäßig goldbraun werden, und stellen Sie sie beiseite.
7. Erhitzen Sie in derselben Pfanne erneut 10 g Butter und fügen Sie die Champignons hinzu, wenn sie Blasen schlägt. Dünsten Sie sie, bis sie goldbraun sind, würzen Sie sie dann und stellen Sie sie beiseite.
8. Fügen Sie nach 2½ Stunden die Zwiebeln und Champignons zum Eintopf hinzu und garen Sie ihn eine weitere Stunde oder bis das Fleisch sehr zart ist.
9. Mit Kartoffeln oder Nudeln servieren und mit Petersilie garnieren.



Lammkoteletts mit Rosmarin und Knoblauch



Zutaten

**3-4 Knoblauchzehen,
zerdrückt**

**1 EL frischer Rosmarin,
gehackt**

1 EL Rotweinessig

**3 EL Olivenöl und 1 weiteren
EL zum Kochen**

Salz und Pfeffer zum Würzen

12 Lammkoteletts

Zubereitung

- 1.** Geben Sie alle Zutaten in eine Schüssel und lassen Sie sie einige Stunden, oder falls möglich über Nacht, ziehen.
- 2.** Erhitzen Sie die Pfanne. Geben Sie 1 EL Öl hinein. Nehmen Sie die Koteletts aus der Marinade - ohne den Knoblauch. Schmoren Sie sie in der Pfanne bei mittlerer Hitze an, braten Sie sie auf jeder Seite 3 Minuten (medium rare) oder 4-5 Minuten (well done).

HINWEIS:

*Wir empfehlen dazu
Petersilie-Kartoffeln und
frische Erbsen.*



Flambierte Mangos auf Vanilleeis



Zutaten

Ganze Mango, geschält und in 1 x 2 cm große Stücke geschnitten

25 g ungesalzene Butter

40 g Puderzucker

Schale einer Limette

½ EL Limettensaft

60 ml Tequila

1 Liter Vanilleeis oder einer Geschmacksrichtung, die Sie sich dazu vorstellen können.

Zubereitung

- 1.** Schmelzen Sie die Butter in der Pfanne und geben Sie den Zucker und den Limettensaft hinzu. Kochen Sie alles 1 Minute lang.
- 2.** Geben Sie die Mango hinzu und kochen Sie 1 weitere Minute.
- 3.** Geben Sie den Tequila hinzu.
- 4.** Entzünden Sie ihn mit einem Streichholz.
- 5.** Eine Minute kochen.
- 6.** Richten Sie etwas Eis an und servieren Sie es mit der Mango und der Soße.



Gesalzenes Karamell auf Apfelscheiben



Zutaten

200 g Puderzucker

2 EL Wasser

60 g ungesalzene Butter,
in Würfeln

100 ml Mascarpone

1 TL Vanillepaste

1 Prise Meersalz

4 Äpfel, wir empfehlen
Granny Smith für etwas
Herbes zu dieser süßen Soße

Entkernen Sie die Äpfel und
schneiden Sie sie in Scheiben

Zubereitung

1. Geben Sie den Zucker und das Wasser in die Pfanne und verrühren Sie es. Kochen Sie alles 5-6 Minuten, bis es goldgelb wird. Rühren Sie vorsichtig, damit es gleichmäßig karamellisiert.
2. Rühren Sie nach 6 Minuten die Butter unter und kochen Sie 1 Minute. Vorsicht, die Mischung schlägt Blasen und wird sehr heiß.
3. Rühren Sie die Mascarpone, die Vanille und das Meersalz unter.
4. Lassen Sie die Mischung eine Stunde abkühlen und servieren Sie sie dann mit Apfelscheiben.



Milchreis mit Kirschkompott



Zutaten

MILCHREIS

50 g Butter

35 g Puderzucker

100 g Puddingreis

850 ml Vollmilch

150 ml Mascarpone

Samen einer Vanilleschote

1 Lorbeerblatt

Einige Streifen
Zitronenschale

Etwas geriebene Muskatnuss

KIRSCHKOMPOTT

350 g Kirschen

1 EL Zitronensaft

1 EL feiner brauner Zucker

5 EL Wasser

Zubereitung

1. Heizen Sie den Ofen auf 150 °C vor. Schmelzen Sie die Butter in der Pfanne und geben Sie den Reis hinzu und dann den Zucker. Erwärmen Sie alles bei geringer Hitze, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
2. Geben Sie die Milch, die Mascarpone, die Vanille, die Zitrone und das Lorbeerblatt hinzu, kurz bevor es kocht. Schalten Sie den Herd aus und reiben Sie etwas Muskatnuss über die Mischung.
3. Verwenden Sie nun eine ofenfeste Form, gießen Sie die Mischung hinein und stellen Sie sie 1 bis 1 ½ Stunden in den Ofen, bis der Reis weich ist. Lassen Sie den Milchreis vor dem Servieren 10-15 Minuten abkühlen.
4. Bereiten Sie das Kompott zu, während der Milchreis abkühlt. Entkernen Sie die Kirschen und geben Sie sie mit dem Zitronensaft und Zucker in die Pfanne. Lassen Sie alles einige Minuten köcheln, bis sich der Zucker aufgelöst hat und die Kirschen weich sind.
5. Richten Sie reichlich Milchreis in einer Schale an und verteilen Sie das Kompott darauf.



PFLEGEHINWEISE

Vor dem ersten Gebrauch

Entfernen Sie alle Verpackungsteile und Etiketten. Spülen Sie die Pfanne mit warmem Wasser und mildem Spülmittel ab und trocknen Sie sie anschließend gründlich.

Versiegeln der Pfanne für bessere Ergebnisse

1. Reiben Sie die Innenseite vor der ersten Verwendung mit einem in Speiseöl getränkten Küchentuch ein.
2. Erwärmen Sie die Pfanne bei mittlerer Hitze, bis das Öl anfängt zu brutzeln.
3. Lassen Sie die Pfanne abkühlen und reinigen Sie sie anschließend mit Wasser und einem Tuch.
4. Wiederholen Sie diesen Vorgang regelmäßig, um die Anti-Haft-Beschichtung und Lebensdauer zu verbessern.

Allgemeine Pflege

- Geeignet für die Verwendung auf allen Herdarten.
- Vermeiden Sie ein Überhitzen der Pfanne, wenn sie leer ist.
- Erhitzen Sie Öl oder Fett nie so sehr, dass es verbrennt oder schwarz wird.
- Leichte Zeichen auf der Oberfläche und Abnutzungen sind normal und wirken sich nicht auf die Leistung der Anti-Haft-Beschichtung aus.
- Die meisten Küchenutensilien aus Metall, insbesondere Messer und Gabeln, können mit besonderer Vorsicht verwendet werden. Um die Anti-Haft-Beschichtung zu schützen und ein Zerkratzen zu vermeiden, wird die Verwendung von Küchenutensilien aus Kunststoff, Silikon oder Nylon empfohlen.
- Vermeiden Sie es, direkt in der Pfanne zu schneiden.

- Lassen Sie eine Pfanne nie unbeaufsichtigt, wenn sie verwendet wird.

REINIGUNGSHINWEISE

- Lassen Sie die Pfanne vor dem Reinigen gründlich abkühlen.
- Reinigen Sie die innere und äußere Beschichtung der Pfanne mit warmem Wasser, einem milden Spülmittel und einem weichen Schwamm.
- Verwenden Sie KEINE Topfreiniger oder Scheuerschwämme aus Metall oder Scheuermittel.
- Vergewissern Sie sich vor der Verwendung, dass die Unterseite der Pfanne trocken ist.

VORSICHT

Reinigen in der Spülmaschine:

- Einige Spülmaschinenmittel enthalten korrosive Bestandteile, die Pfannen beschädigen können.
- In der Spülmaschine kann die äußere und innere Beschichtung der Pfanne durch das Einwirken bestimmter Reinigungsmittel stumpf oder verfärbt werden. Diese Abnutzung wird nicht von der Garantie abgedeckt.

WARNUNG

- Für Kinder un erreichbar aufbewahren.



Elektro



Ceran



Gas



Induktion



Spülmaschinen-
geeignet

JETZT GLEICH BESTELLEN!



24cm **KOCHTOPF MIT DECKEL**



28cm **GRILLPFANNE**



28cm **DECKEL**



24cm **DECKEL**



0800 400 66 50*

*Gratis erreichbar
aus DE, AT und CH



www.mediashop.tv

EN: Order today: the matching lids, the 24cm pot with lid, or the generous grill pan for delicious grilled delicacies: 0800 400 66 50 (accessible free of charge calling from DE, AT and CH) or at www.mediashop.tv

FR: Commandez dès aujourd'hui les couvercles adaptés, la casserole de 24 cm couvercle compris ou la poêle grill aux dimensions généreuses qui fait de vos grillades de véritables délices : 0800 400 66 50 (gratuit à partir de DE, AT et CH) ou sur www.mediashop.tv

IT: Ordinate subito i coperchi coordinati, la pentola da 24 cm con coperchio o la generosa padella per la griglia per cucinare deliziose prelibatezze: 0800 400 66 50 (gratuito da Germania, Austria e Svizzera) oppure sul sito www.mediashop.tv

NL: Bestel vandaag nog: de bijpassende deksel, de pan van 24 cm met deksel of de royale grillpan voor heerlijke, gegrilde gerechten: 0900 0299 (Lokaal tarief) resp. 0900 422 33 (€ 0.50 p/m) of via www.telsell.com

HU: Rendelje meg még ma: az illeszkedő fedőket, a 24 cm-es edényt fedővel vagy a nagyméretű grillserpenyőt az isteni, grillezett finomságok elkészítéséhez. A legjobb, ha most rögtön meg is rendeli a következő telefonszámon: 06 96 961 186 (a helyi beszélgetés díjáért) vagy a következő honlapon www.mediashop.hu

CZ: Objednejte ještě dnes: vhodnou poklici, 24 cm hrnec včetně poklice nebo velkou grilovací pánev pro skvělé grilované pochoutky: 255 790 598 (za místní tarif) nebo na www.mediashop.cz

SK: Objednajte si ešte dnes: vhodné pokrievky, hrniec s priemerom 24 cm vrátane pokrievky alebo veľkorysú grilovaciu panvicu na prípravu lahodných grilovaných jedál: 02 20 990 883 (pri miestnych sadzbach) alebo na www.mediashop.sk

RO: Comandați încă de astăzi: capacele corespunzătoare, oala de 24 de cm inclusiv capacul sau tigaia generoasă pentru grătar destinată pentru delicatese minunate la grătar: 031 811 4041 (la tariful local) sau la adresa www.mediashop.tv.ro

Importeur:

CH: MediaShop Schweiz AG | Leuholz 14 | 8855 Wangen | Switzerland

EU: MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria

office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv | DE | AT | CH: 0800 37 6 36 06 – kostenlose Servicehotline | ROW: +423 388 18 00

Stand: 03/2022 | M28940 | M28941