



Ergänzung zur ersten Auflage:

Erdbeermarmelade

200 g Datteln und
750 g Erdbeeren pürieren und in einen Kochtopf geben.
1 EL Zitronensaft (frisch gepresst) hinzufügen.

- Die Zutaten unter Rühren aufkochen und nochmals fein pürieren.
- In Marmeladengläser füllen.

Die Marmelade hält sich eine Woche im Kühlschrank und ist gefriergeeignet.



Ketchup

150 ml Apfelsaft (naturtrüb),
200 g Tomatenmark (2-fach konzentriert),
1 EL Apfelessig,
1 TL Pommessgewürz,
etwas Salz nach Geschmack,
1 gestrichener TL Knoblauchpulver und
1 gestrichener TL Zwiebelpulver unter Rühren
aufkochen lassen.

- 5 g Speisestärke in 50 ml Apfelsaft auflösen, dann unter Rühren dazugeben und aufkochen lassen.
- Den Herd ausschalten und 1 min unter Rühren auf dem Herd köcheln lassen.
- Vom Herd nehmen, in kleine Gläser füllen und abkühlen lassen. Der Ketchup lässt sich bis zu 4 Wochen im Kühlschrank lagern. Nicht gefriergeeignet.



Hühnersuppe

1 kg Suppenhuhn 1½–2 Stunden in
2 l Wasser mit 1 geh. EL Salz, 6 Pfefferkörner,
1 ganze Zwiebel, 3 ganze Möhren,
1 dicke Scheibe Sellerie, 1 Porree, 1 Bund Petersilie,
4 Zweige Liebstöckel, 2 Gewürznelken und
2 Lorbeerblätter bei niedriger Hitze kochen.

500 g Suppennudeln getrennt in Salzwasser kochen.

- Das Suppengemüse entfernen, das Fleisch herausnehmen und von Knochen usw. befreien. Danach die Suppe durch ein Sieb gießen.
- Nudeln, Fleisch und Suppe getrennt servieren.



Faltenbrot (2 Brote)

Hefeteig:

400 ml Wasser
200 ml Buttermilch
½ Würfel frische Hefe
700 g Dinkelvollkornmehl
200 g Dinkelmehl 630
2 TL Salz
125 ml Olivenöl

Kräuterbutter:

150 g Butter,
1 gestr. TL Meersalz,
1–2 Knoblauchzehen und
Kräuter (Dill, Petersilie,
Schnittlauch...) fein
hacken und mit der Butter
verrühren.

- Den Teig 10 min kneten und dann 3 Stunden abgedeckt gehen lassen (mit zwischenzeitlichem Runterkneten).
- Den Teig rechteckig ausrollen, mit der Kräuterbutter bestreichen, zieharmonikaförmig zusammenklappen und in eine gefettete Brotbackform geben.
- Das Faltenbrot nochmals eine Stunde abgedeckt gehen lassen, bis es sich sichtbar vergrößert hat.
- Den Backofen vorheizen. Bei 200°C (Ober-/Unterhitze) 30 min im unteren Drittel backen.

