



Feigen mit Ziegenfrischkäse-Creme und Pumpernickel

Schwierigkeitsgrad



5-6 Personen



15 Minuten

Zutaten

150 g	Ziegenfrischkäse
50 g	Schmand
2 Zweige	Thymian o. Rosmarin
4 TL	Honig
	Salz und Pfeffer
80 g	Walnüsse
3	Feigen
15 - 18 Scheiben	Pumpernickel

Schritte

1. Walnüsse ohne Fett in einer Pfanne leicht anrösten und abkühlen lassen.
2. Thymian: waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen
Rosmarin: waschen, Nadeln vom Stiel abzupfen und fein hacken.
3. Ziegenfrischkäse, Schmand, Honig, Salz und Pfeffer zusammen mit dem Thymian/Rosmarin mischen.
4. Feigen waschen und in sechs Teile schneiden.
5. Pumpernickel mit Creme bestreichen und mit den gerösteten Walnüssen und je einem Stück Feige garnieren.

Rezept aus dem Haushaltstraining, eine Fachtherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Klinikum am Weissenhof.



Hähnchenkeulen mit Pommes Frites aus dem Backofen

Schwierigkeitsgrad



4 Personen



45 Minuten

Zutaten

4	Hähnchenkeulen
1 TL	Salz
4 EL	Rapsöl
Gewürze	Salz, Pfeffer, Paprika
	etwas Zitronenabrieb
800g	Kartoffeln
1-2 EL	Rapsöl
1 TL	Paprikapulver, edelsüß
	Salz

Schritte

Hähnchenkeulen

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Das Öl mit den Gewürzen mischen (Salz, Pfeffer, Paprika, Zitronenabrieb) und die Hähnchenkeulen damit marinieren.
3. Für ca. 30 - 45 Minuten im Backofen backen. Wenn sich die Haut vom Knochen löst, ist es fertig.

Pommes Frites

1. Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen.
2. Kartoffeln waschen, schälen und in Stifte schneiden.
3. Kartoffeln zusammen mit dem Öl in eine Schüssel geben und gut vermengen. Anschließend auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.
4. Pommes im vorgeheizten Ofen bei 200 °C für etwa 20 - 30 Minuten backen.
5. In einer Schüssel Salz und Paprikapulver mischen und die gebackenen Pommes darin wenden und servieren.

Rezept aus dem Haushaltstraining, eine Fachtherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Klinikum am Weissenhof.



Tomaten-Dattel-Zwiebel-Chutney

Schwierigkeitsgrad



5-6 Portionen



45 Minuten

Zutaten

750 g	Tomaten
200 g	rote Zwiebeln
200 g	Datteln
100 ml	Rotweinessig
120 g	brauner Zucker
	Abrieb einer 1/2 Orange
1 Msp.	Muskat
	Salz und Pfeffer

Schritte

1. Gemüse schneiden: Tomaten grob hacken, rote Zwiebeln in feine Streifen schneiden und Datteln grob hacken.
2. Alle Zutaten in einen großen Topf geben und gut verrühren.
3. Bei mittlerer Hitze für etwa 30 - 40 Minuten köcheln lassen. Die Flüssigkeit sollte dicklich einkochen. Gegen Schluss öfters umrühren, damit nichts anbrennt.

Rezept aus dem Haushaltstraining, eine Fachtherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Klinikum am Weissenhof.



Zucchini-Schoko-Kuchen

Schwierigkeitsgrad



24x20 cm Backform
oder 26 cm Springform



45 Minuten

Zutaten

200 g	Zartbitter-Kuvertüre
120 g	Butter
40 g	Kakaopulver
150 g	Zucker
200 g	Zucchini
3	Eier (Gr. M)
3 g	Salz
150 g	Mehl
1/2 P.	Backpulver
30 g	Butter
150 g	Zartbitter-Kuvertür

Schritte

1. 200g Kuvertüre fein hacken.
2. Die Butter in einem Topf zerlassen. Topf vom Herd nehmen und die gehackte Kuvertüre einrühren, bis sie komplett geschmolzen ist. Dann in eine große Schüssel geben.
3. Mit einem Schneebesen Kakaopulver und Zucker in die Schüssel einrühren.
4. Backofen auf 170 °C Umluft vorheizen.
5. Zucchini waschen, längs halbieren und fein reiben. Und direkt nach dem Reiben in die Teigmasse einrühren. Ebenso Eier und Salz. Optional eine Prise Zimt dazugeben.
6. Mehl und Backpulver zügig unter die Teigmasse rühren.
7. Teig in eine geölte oder mit Backpapier ausgelegte Form füllen und glattstreichen.
8. Für etwa 17 - 20 Minuten backen (Stäbchenprobe machen).
9. Abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen oder aus 30 g Butter und 150 g Kuvertüre eine Schokoglasur herstellen und den Kuchen damit überziehen.

Rezept aus dem Haushaltstraining, eine Fachtherapie der Klinik für Allgemeine Psychiatrie am Klinikum am Weissenhof.



Klinikum am Weissenhof