

Dr. Oetker Partyfutter

DIE MAXIVERSION

MIT COOLEN DRINKS



WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

Vorwort

Geburtstag, Semesterstart, Zwischenprüfung oder Examen – Anlässe für eine Party gibt's genug.

Jetzt heißt es Freundin schnappen, Motto finden, einkaufen und entspannt kochen. Laden Sie Ihre Mitbewohner zu einer WG-Party mit Hot-Chicken-Pizza, Pastasalat, Yufkarollen und Schokoladencreme ein. Oder planen Sie eine Fingerfood-Party mit reichlich belegten Sandwiches, knusprigem Käsegebäck und bunter Rohkost mit Schmand-Kräuter-Dip. Dazu gefüllte Pitabrote und fruchtiges Tiramisu.

Vorschläge für coole Drinks und Cocktails gibt's auch. Neben Klassikern wie Mojito und Caipirinha finden Sie hier neue Trendgetränke wie Bombay Crushed oder Godfather. Auch Auto- und Radfahrer kommen auf Ihre Kosten. Warum also Wasser trinken, wenn Ipanema, Krokodil oder Cooler so viel besser schmecken?

Und am Morgen danach hilft ein fruchtiger Smoothie, schnell wieder auf die Beine zu kommen.





Ratgeber Planung und Einkauf

Was muss ich wann vorbereiten?

- 1 Woche vor der Party: Vorräte prüfen, haltbare Lebensmittel, Getränke sowie Dekoration einkaufen, Bestellungen (z. B. für Fleisch) aufgeben
- 1-2 Tage vor der Party: Lebensmittel für Gerichte einkaufen, die am Vortag gemacht werden
- Am Partytag: frische Lebensmittel (Brot nicht vergessen) einkaufen, Bestellungen abholen, die restlichen Gerichte vorbereiten

Abkürzungen:

EL	= Esslöffel
TL	= Teelöffel
Msp.	= Messerspitze
Pck.	= Packung/Päckchen
g	= Gramm
kg	= Kilogramm
ml	= Milliliter
l	= Liter
evtl.	= eventuell
geh.	= gehäuft
gestr.	= gestrichen
TK	= Tiefkühlprodukt
°C	= Grad Celsius
ø	= Durchmesser
E	= Eiweiß
F	= Fett
Kh	= Kohlenhydrate
kJ	= Kilojoule
kcal	= Kilokalorien
BE	= Broteinheiten

Für ein 20-Personen-Buffet benötigt man etwa ...

100 Häppchen/Snacks
4 l Suppe
2 kg Salat (mit Nudeln, Reis, Kartoffeln)
3 kg Fleisch/Geflügel/Fisch
3½ kg Brot
2½ kg Käse
4 kg Dessert

Planung

Wie soll die Party aussehen?

Wann und wo kann ich feiern? Wie viele kann ich einladen? Wie ist meine Küche ausgestattet? – Diese Fragen sollte man zuerst beantworten.

Mit sechs bis acht Freunden sitzt man zum Essen gemütlich am Tisch. Sind mehrere eingeladen, ist ein Buffet ideal. Am besten baut man das Buffet in der Küche auf, dann kann warmes Essen gleich auf dem Herd stehen.

Wichtig: Immer an ausreichend Geschirr, Besteck und Gläser denken. Mit Papptellern, -bechern und Einmalbesteck erspart man sich dabei den lästigen Abwasch – auch wenn das ein wenig teurer ist.

Achtung: Fehlt es an großen Pfannen oder Auflaufformen, um größere Portionen zuzubereiten, die Gerichte einfach auf 2 Portionen aufteilen (Bei kleineren Formen kann die Garzeit abweichen!) oder sich bei Freunden etwas ausleihen.

Was soll es geben?

Für ein gemütliches Essen darf es schon mal ein etwas aufwendigeres Rezept sein. Für Buffets aber keine übermäßige Auswahl treffen. Beim Zusammenstellen der Rezepte darauf achten, das einige dabei sind, die sich 1–2 Tage vorher zu- bzw. vorbereiten lassen. Die Brotaufstriche z. B. halten sich in Schraubgläsern im Kühlschrank 2–4 Tage.

Tipp: Ideal ist eine Mitbring-Party – jeder bringt etwas mit, der Aufwand ist nur halb so groß und die Bafög-Reserven werden nicht überstrapaziert.

Ein gutes Buffet bietet für Jeden etwas: Vegetarier sollten ebenso auf ihren Geschmack kommen wie Freunde, die nicht gerne scharf essen oder Allergien gegen bestimmte Lebensmittel haben.



Wie viel brauche ich?

Je größer die Runde, umso schwieriger ist es einzuschätzen, wie viel gegessen und getrunken wird. Jedes Rezept hat deshalb eine Personen- bzw. Portionsangabe. Dabei sollte zu einem Hauptgericht auch noch eine kleine Beilage und ein Dessert eingeplant werden. Gibt es nur Suppe, besser etwas großzügiger planen. Für ein Buffet Speisen, die nicht länger aufbewahrt oder eingefroren werden können, eher knapp bemessen und länger haltbare in größeren Mengen zubereiten. Die Hackfleischpizza lässt sich z. B. prima einfrieren und kann – etwas angetaut – in einer Auflaufform auf einem Rost im Backofen wieder aufgebacken werden.

Tipp: Getränke (Wein, Prosecco, Bier, Wasser und andere alkoholfreie Getränke) auf Kommission beim Getränkehändler um die Ecke kaufen. So sitzt man auf der Party nicht plötzlich auf dem Trockenen und danach nicht auf großen Resten.

Hinweise zu den Rezepten

Lesen Sie vor der Zubereitung – besser noch vor dem Einkaufen – das Rezept einmal vollständig durch. Oft werden Arbeitsabläufe oder -zusammenhänge dann klarer. Die in den Rezepten angegebenen Backtemperaturen und -zeiten sind Richtwerte, die je nach individueller Hitzeleistung des Backofens über- oder unterschritten werden können. Bitte beachten Sie deshalb bei der Einstellung des Backofens die Gebrauchsanweisung des Herstellers. Die Zubereitungszeit beinhaltet nur die Zeit für die eigentliche Zubereitung. Längere Wartezeiten wie z. B. Kühlzeiten sind nicht mit einbezogen. Die Backzeiten sind ebenfalls im Rezept angegeben.



Zutaten:

Für den Eintopf:

4–5 Zwiebeln
3 Knoblauchzehen
6 rote Paprikaschoten
3 rote Chilischoten
3 Stangen Porree
(Lauch, etwa 450 g)
5–6 EL Speiseöl,
z. B. Sonnenblumenöl
900 ml Gemüsebrühe
3 Dosen geschälte Tomaten
(Einwaage je 800 g)
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
6 kleine Zucchini (etwa 1200 g)
3 Dosen Kidney-Bohnen
(Abtropfgewicht je 250 g)
1 Dose Gemüsemais
(Abtropfgewicht 285 g)

Außerdem:

800–1000 g Hackfleischbällchen
(ersatzweise Mini-Frikadellen,
beides aus dem Kühlregal)

Pro Portion:

E: 23 g, F: 19 g, Kh: 35 g,
kJ: 1795, kcal: 427, BE: 2,0

Zubereitung:

1. Für den Eintopf Zwiebeln und Knoblauch abziehen, halbieren und würfeln. Paprikaschoten halbieren, entstielen, entkernen und die weißen Scheidewände entfernen. Anschließend die Schoten abspülen, abtropfen lassen und grob würfeln. Chilischoten längs aufschneiden, entkernen und die Scheidewände ausschneiden. Die Schoten abspülen, trocken tupfen und grob hacken.

2. Den Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen und abtropfen lassen. Porree in Streifen schneiden. Das Öl portionsweise in einem großen Topf erhitzen. Vorbereitete Zwiebeln, Knoblauch, Chili und Gemüse portionsweise im Öl andünsten. Anschließend alle Zutaten zurück in den Topf geben und

Mexiko-Eintopf

Gut vorzubereiten

Dauert etwa 30 Minuten,
für 12 Personen.

die Brühe dazugießen. Alle Zutaten aufkochen lassen und bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten zugedeckt kochen lassen.

3. Die Tomaten in den Dosen etwas klein schneiden, mit dem Saft hinzufügen und alles erneut aufkochen lassen. Den Eintopf mit Salz und etwas Pfeffer abschmecken und die Gemüsezutaten in der Brühe fein pürieren.

4. Zucchini abspülen, abtrocknen und die Enden abschneiden. Anschließend Zucchini evtl. der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden. Bohnen und Mais in ein Sieb geben, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Zucchini, Bohnen und Mais in den Eintopf geben und bei schwacher Hitze weitere 5–8 Minuten köcheln lassen. Hackfleischbällchen (oder Mini-Frikadellen) dazugeben und im Eintopf etwa 3 Minuten erwärmen.

5. Den Eintopf vor dem Servieren nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen:

Herzhaftes Mischbrot, Taco-Chips oder ofenwarme Tortillas (dünne Brotfladen aus Maismehl).

Tipp:

Für eine vegetarische Variante die Hackfleischbällchen durch fertige Falafel-Bällchen ersetzen.

Oder selbst gemacht:

Für **mexikanische Hackfleischbällchen** 1 kg gemischtes Hackfleisch (halb Rind-, halb Schweinefleisch) mit 3 Eiern (Größe M) und 6 Esslöffeln kernigen Haferflocken in eine Schüssel geben. Salz, frisch gemahlener Pfeffer und 3 Teelöffel scharfen Senf dazugeben. Alles glatt verkneten und daraus etwa 40 kleine Bällchen formen. 5–6 Esslöffel Speiseöl portionsweise in einer großen Pfanne erhitzen und die Bällchen darin rundherum braun anbraten und herausnehmen.

Zutaten:

1 ½ kg mageres Rindergulasch
(ersatzweise halb Rind-, halb Schweine-
gulasch)
6 Zwiebeln
2 Bund Suppengrün
(Sellerie, Möhren, Porree)
4–5 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
4 EL Tomatenmark
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
2 TL Paprikapulver edelsüß
1 l Gemüse- oder Fleischbrühe
4 Paprikaschoten (z. B. je 2 rote und
2 gelbe)
1 Bund glatte Petersilie

Pro Portion:
E: 34 g, F: 19 g, Kh: 13 g,
kJ: 1507, kcal: 360, BE: 0,0

Zubereitung:

1. Rindergulasch mit Küchenpapier trocken tupfen, evtl. größere Fleischstücke halbieren. Zwiebeln abziehen, halbieren und würfeln. Sellerie und Möhren putzen, schälen, abspülen und abtropfen lassen. Anschließend das Gemüse in kleine Würfel schneiden. Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in sehr kleine Stücke schneiden.
2. Jeweils 1 Esslöffel Speiseöl in einem weiten Schmortopf, Bräter oder Topf erhitzen. Gulasch darin in 4–5 Portionen von allen Seiten kräftig braun anbraten und herausnehmen.
3. Die Zwiebelwürfel in dem verbliebenen Bratfett braun anbraten. Vorbereitetes Suppengrün und Tomatenmark hinzugeben und unter Rühren kräftig andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Gulasch hinzugeben und untermischen. Brühe hinzugießen, zum Kochen bringen und zugedeckt etwa 50 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze garen.



(Sollte zuviel Flüssigkeit verdampfen, evtl. noch etwas Wasser zugießen.)

4. In der Zwischenzeit Paprikaschoten halbieren, entstielen, entkernen und die weißen Scheidewände entfernen. Schoten abspülen, abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Die Paprikawürfel zu dem Gulasch geben und untermischen. Nochmals mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Gulasch wieder zum Kochen bringen und zugedeckt weitere etwa 15 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze garen. Gulasch erneut mit den Gewürzen abschmecken.

5. Petersilie abspülen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stängeln zupfen und fein hacken. Gulasch mit Petersilie bestreut servieren.

Dazu passen:

Makkaroni oder Spätzle. 1 kg Nudeln reicht für 8–10 Personen.

Tipps:

Im Handel gibt es auch fertiges Gulaschgewürz statt Salz, Pfeffer und Paprikapulver zu kaufen. Falls Gulasch übrig bleibt – einfach einfrieren. Zubereitetes Gulasch hält sich so 3–6 Monate.

Oder mal so:

Für ein **Gulasch mit Pilzen** 2 der 4 Paprikaschoten durch 400–500 g Champignons ersetzen. Pilze putzen, mit Küchenpapier abreiben, evtl. kurz abspülen und gut abtropfen lassen. Pilze in Scheiben schneiden und mit den Paprikawürfeln zu dem Gulasch geben und weitergaren. Noch schneller geht es mit 2 Gläsern Champignonscheiben (Abtropfgewicht je 210 g).

Lieblings-Gulasch, light

Simpel – ein Klassiker

Dauert etwa 90 Minuten,
für 8–10 Personen.



Putenchili

Scharfer Genuss



Dauert etwa 60 Minuten,
für 12 Personen.



Zubereitung:

- 1.** Putenbrustfilet unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Paprikaschoten halbieren, entstielen, entkernen und die weißen Scheidewände entfernen. Anschließend die Schoten abspülen, abtropfen lassen und in Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, abspülen, abtropfen lassen und ebenfalls in Würfel schneiden.
- 2.** Jeweils 2–2½ Esslöffel Speiseöl in einem großen Topf erhitzen. Fleisch-, Kartoffel- und Paprikawürfel darin portionsweise oder nacheinander scharf anbraten und herausnehmen.
- 3.** Alle angebratenen Fleisch-, Kartoffel- und Paprikawürfel zusammen zurück in den Topf geben. Stückige Tomaten, Geflügelbrühe und Chilisauce hinzufügen. Die Zutaten unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen und etwa 30 Minuten zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze köcheln lassen. Dabei ab und zu umrühren.
- 4.** Inzwischen Chilischoten längs aufschneiden, entkernen und die Scheidewände ausschneiden. Die Schoten abspülen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. 5 Minuten vor Ende der Garzeit die Chiliwürfel hinzufügen, unterrühren und weitergaren.
- 5.** Das Putenchili mit Sambal Oelek, Salz und Pfeffer feurig abschmecken.

Dazu passen:

Ofenwarmes Fladenbrot oder Ciabatta.

Zutaten:

1200 g Putenbrustfilet
je 3 rote, grüne und gelbe
Paprikaschoten
1200 g vorwiegend festkochende
Kartoffeln
7–8 EL Speiseöl, z. B. Sonnen-
blumenöl
3 Dosen stückige Tomaten
(Einwaage je 400 g)
600 ml Geflügelbrühe
3 kleine Flaschen süße Chilisauce
(je 250 ml, [¼ l])
6 Chilischoten
Sambal Oelek
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Pro Portion:

E: 29 g, F: 8 g, Kh: 38 g,
kJ: 1694, kcal: 404, BE: 2,5

Tipps:

Statt Putenbrustfilet kann die gleiche Menge Putenschnitzel oder Hähnchenbrustfilet verwendet werden. Chilisauce gibt es meist in den Geschmacksrichtungen scharf und mildsüß. Wenn Sie keine süße Chilisauce bekommen können, nehmen Sie lediglich 2 Flaschen scharfe Chilisauce (je 250 ml, [¼ l]) und füllen evtl. etwas mehr Geflügelbrühe hinzu.

Variante:

Für ein **Putenchili mit Mais und Zucchini** ersetzen Sie die 3 grünen und gelben Paprikaschoten durch 2 Dosen Gemüsemais (Abtropfgewicht je 285 g) und 2 mittlere Zucchini (etwa 500 g). Zucchini abspülen, abtrocknen und die Enden abschneiden. Dann in kleine Würfel schneiden. Zucchini-, Fleisch-, Kartoffel- und Paprikawürfel scharf anbraten. Abgetropften Mais später mit den restlichen Zutaten hinzugeben und alles weitergaren.



Kichererbsensuppe mit Frühlingszwiebeln und Möhren

Simpel – vegetarisch

Dauert etwa 45 Minuten,
für 8–10 Personen.

Zutaten:

1 ¼ kg mehligkochende Kartoffeln
2 ½ l Gemüsebrühe
5 Dosen Kichererbsen
(Abtropfgewicht je 265 g)
3–4 Bund Frühlingszwiebeln
2–3 Möhren
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Pro Portion:

E: 15 g, F: 4 g, Kh: 49 g,
kJ: 1267, kcal: 303, BE: 3,5

Zubereitung:

1. Die Kartoffeln schälen, abspülen, abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden.
2. Die Kartoffelwürfel mit der Brühe in einem großen Topf zum Kochen bringen und etwa 10 Minuten bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen.
3. Inzwischen Kichererbsen in ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln putzen, abspülen und abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Die Möhren putzen, schälen, abspülen und abtropfen lassen.
4. Kichererbsen, Frühlingszwiebeln und Möhren ebenfalls in die Brühe geben und etwa 5 Minuten zugedeckt mitköcheln lassen.
5. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auch gut:

Für eine **Kichererbsensuppe mit Porreestreifen** statt Frühlingszwiebeln 4–5 Stangen Porree (Lauch) in feine, etwa 2 cm lange Streifen schneiden. Kichererbsen und Porree (ohne Möhren) in die Brühe geben und etwa 5 Minuten zugedeckt mitköcheln lassen. Die Möhren durch Cocktailtomaten ersetzen. Diese abspülen, abtrocknen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Cocktailtomaten aber nicht mitkochen, sondern am Ende der Garzeit in die heiße Suppe geben und darin erwärmen. Die Suppe würzen und nach Belieben 3–4 Esslöffel Schnittlauchröllchen unterrühren.



Kleine Warenkunde:

Bei den Kartoffeln unterscheidet man unterschiedliche Kochtypen: „Festkochende“ Sorten eignen sich besonders gut für Kartoffelsalate, Bratkartoffeln oder Gratins. „Vorwiegend festkochende“ Sorten sind ideal als Beilage für Gerichte mit Saucen und Dips, Salz- und Pellkartoffeln. „Mehligkochende“ Sorten eignen sich für Suppen, Eintöpfe, Knödel, Reibekuchen, Kartoffelpüree.



Möhrensuppe mit roten Linsen

Leicht – preiswert

Dauert etwa 45 Minuten,
für 12 Personen.



Zutaten:

etwa 2¼ kg Möhren
30 g Ingwerwurzel
3 rote Peperoni
4–5 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
450 g rote Linsen
frisch gemahlener Pfeffer
3 Msp. gemahlener Kardamom
2½ l Gemüsebrühe
4–5 Minzestängel
Salz
geriebene Muskatnuss

Pro Portion:

E: 12 g, F: 5 g, Kh: 27 g,
kJ: 841, kcal: 201, BE: 1,5



Zubereitung:

1. Die Möhren putzen, schälen, abspülen, abtropfen lassen und in kleine Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein würfeln. Peperoni längs aufschneiden, entstielen, entkernen und die Scheidewände herausschneiden. Anschließend die Schoten abspülen, trocken tupfen und in feine Streifen scheiden.
2. Das Öl portionsweise in einem großen Topf erhitzen. Möhrenwürfel, Ingwer und Peperoni portionsweise darin etwa 5 Minuten unter gelegentlichem Rühren andünsten und herausnehmen. Möhrenwürfel mit Ingwer und Peperoni zusammen zurück in den Topf geben.
3. Linsen, Pfeffer und Kardamom hinzufügen und etwa 2 Minuten mit andünsten. Anschließend die Brühe hinzugießen. Die Zutaten zum Kochen bringen und zugedeckt 8–10 Minuten leicht köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit die Minzestängel abspülen, trocken tupfen und die Blättchen von den Stängeln zupfen. Die Suppe vor dem Servieren mit Salz und Muskatnuss abschmecken und mit Minze bestreuen.

Dazu passt:

Frisches Fladenbrot. Je nach Hunger der Gäste reicht ein Fladenbrot für 4–6 Personen.

Tipps:

Rote Linsen zerfallen bereits nach etwa 10 Minuten Garzeit (Packungsanleitung beachten).

Minzestängel übrig? Kein Problem – sie schmecken gut im selbst aufgebrühten Tee oder klein geschnitten über frischen Ananasstücken.

Geht auch:

Für eine **Möhrensuppe mit Tellerlinsen** das Gemüse wie im Rezept beschrieben vorbereiten. Statt der roten Linsen die bräunlichen Tellerlinsen verwenden (die Garzeit beträgt dann etwa 25 Minuten). Die Möhren nicht mit andünsten, sondern erst 8–10 Minuten vor Ende der Garzeit hinzugeben und mitgaren. Die Suppe wie im Rezept beschrieben würzen.

Simpel **Bunter** **Paprika-Nudel-Eintopf**

Dauert etwa 45 Minuten,
für 8 Personen.



Zutaten:

Für die Fleischklößchen:

2 Brötchen (vom Vortag)

800 g gemischtes Hackfleisch
(halb Rind-, halb Schweinefleisch)

2 Eier (Größe M)

Salz

frisch gemahlener Pfeffer

Paprikapulver edelsüß

Für den Eintopf:

2 Bund Suppengrün (Sellerie, Möhren,
Porree)

5–6 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
je 2 rote, grüne und gelbe Paprika-
schoten

1 ½ l Fleischbrühe

400 g Hörnchennudeln

1 Dose geschälte Tomaten

(Einwaage 800 g)

Pro Portion:

E: 32 g, F: 27 g, Kh: 54 g,

kJ: 2492, kcal: 595, BE: 3,5

Zubereitung:

1. Für die Klößchen die Brötchen in kaltem Wasser einweichen und anschließend gut ausdrücken. Das Hackfleisch in einer Schüssel mit den ausgedrückten Brötchen und den Eiern vermengen. Die Fleischmasse mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen. Anschließend aus der Masse mit angefeuchteten Händen kleine Klößchen formen.

2. Für den Eintopf Sellerie und Möhren putzen, schälen, abspülen und abtropfen lassen. Anschließend beides in Würfel schneiden. Den Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in Stücke schneiden. Das Öl in einem großen Topf erhitzen und die Gemüsestücke darin andünsten.

3. Paprikaschoten halbieren, entstielen, entkernen und die weißen Scheidewände entfernen. Die Schoten abspülen, abtropfen lassen und in kleine Stücke schneiden.

4. Die Paprikastücke zum angedünsteten Gemüse geben. Anschließend die Fleischbrühe hinzugießen, zum Kochen bringen und etwa 5 Minuten bei schwacher Hitze zugedeckt kochen lassen.

5. Die Nudeln mit den Fleischklößchen in den Eintopf geben. Die Tomaten mit einem scharfen Messer in der Dose zerkleinern und mit dem Tomatensud in den Eintopf geben.

6. Die Zutaten zum Kochen bringen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten gar ziehen lassen. Den Eintopf mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen:

Ciabatta oder Baguette.

Tipps:

Die Suppe mit fein gehackter Petersilie bestreuen.

Die Nudeln bleiben bissfest, wenn sie separat nach Packungsanleitung gekocht und erst am Schluss in den Eintopf gegeben werden.

Geht schneller:

Statt selbst gemachten Fleischklößchen fertige Hackfleischbällchen (etwa 1 kg, aus dem Kühlregal) verwenden und kurz im Eintopf erwärmen. Statt frischem Suppengrün etwa 500 g TK-Suppengrün nehmen – so spart man sich das Putzen des Gemüses. Unaufgetautes TK-Suppengrün mit den Nudeln und den Tomaten zufügen. Alles garen wie im Rezept beschrieben.

Curry-Suppentopf

Schmeckt nach mehr

Dauert etwa 60 Minuten,
für 10–12 Personen.

Zubereitung:

1. Putenschnitzel unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln abziehen, halbieren und ebenfalls klein würfeln. Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in schmale Streifen schneiden.

2. Speiseöl in einem großen Topf erhitzen. Die Fleischwürfel darin von allen Seiten leicht anbraten und wieder herausnehmen. Die Zwiebelwürfel mit den Porreestreifen in dem verbliebenen Bratfett andünsten.

3. Die Fleischwürfel zurück in den Topf geben, mit Curry und Mehl bestäuben und gut verrühren. Hühnerbrühe hinzugießen und die Suppe unter Rühren zum Kochen bringen. Die Suppe zugedeckt etwa 30 Minuten unter gelegentlichem Rühren bei schwacher Hitze köcheln lassen.

4. Anschließend Crème fraîche unterrühren und die Suppe mit Salz und Pfeffer würzen.

5. Kurz vor Ende der Garzeit die Äpfel abspülen, abtrocknen, vierteln, entkernen und in schmale Spalten schneiden. Die Apfelspalten mit Zitronensaft beträufeln und kurz vor dem Servieren in die Suppe geben und darin erwärmen.

Dazu passt:

Frisches Baguettebrot – pro Person sollten etwa 60 g eingeplant werden.



Zutaten:

750 g Putenschnitzel
3 kleine Zwiebeln
2–3 Stangen Porree (Lauch, etwa 450 g)
5–6 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
3 leicht geh. EL Currypulver
6 EL Weizenmehl (40–50 g)
3 l Hühnerbrühe
150 g Crème fraîche
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
3 kleine Äpfel
Saft von 1–2 Zitronen

Pro Portion:
E: 19 g, F: 13 g, Kh: 10 g,
kJ: 979, kcal: 235, BE: 0,5

Tipp:

Der Curry-Suppentopf schmeckt auch mit Hähnchenbrustfilets.

Auch lecker:

Für eine **Curry-Suppe mit Staudensellerie und Mais** den Porree durch 350 g Staudensellerie (etwa 5 Stangen) und 1 Dose Gemüsemais (Abtropfgewicht 285 g) ersetzen. Staudensellerie putzen und die harten Außenfäden abziehen. Sellerie abspülen, abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Selleriescheiben mit den Zwiebelwürfeln im Bratfett andünsten. Fleischwürfel zugeben und mit den anderen Zutaten garen. 5–10 Minuten vor Ende der Garzeit den abgetropften Mais zufügen und mitgaren.



Scharf – ohne Fleisch

Gemüsesuppe

Dauert etwa 50 Minuten,
für 12 Personen.



Zutaten:

2 Bund Suppengrün (Sellerie, Möhren, Porree)
6 Zwiebeln
4 Knoblauchzehen
2 Chilischoten
3 Stangen Porree (Lauch)
5 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl
4–5 gestr. EL Tomatenmark
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
300 g grüne TK-Bohnen
2½ l Gemüsebrühe
4 Dosen stückige Tomaten (Einwaage je 400 g)
1 Bund Petersilie
2 Dosen Kidney-Bohnen (Abtropfgewicht je 250 g)
1–2 TL Paprikapulver rosenscharf

Pro Portion:

E: 9 g, F: 5 g, Kh: 17 g,
kJ: 637, kcal: 152, BE: 1,0

Zubereitung:

1. Vom Suppengrün Sellerie und Möhren putzen, schälen, abspülen und abtropfen lassen. Das Gemüse in kleine Würfel schneiden. Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen, abtropfen lassen und in kleine Stücke schneiden.
2. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, halbieren und fein würfeln. Von den Chilischoten die Stängelansätze abschneiden und die Kerne mit einem spitzen Messer herauskratzen. Die Schoten abspülen, trocken tupfen und in Ringe schneiden.
3. Porree putzen, die Stangen längs halbieren, gründlich waschen und abtropfen lassen. Den Porree in Streifen schneiden.
4. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Suppengrün, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Tomatenmark unterrühren und kurz mitdünsten, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Porreestreifen, grüne Bohnen und Chili unterrühren.



Die Gemüsebrühe hinzugießen und alle Zutaten zum Kochen bringen. Die Suppe etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze zugedeckt kochen lassen.

5. Die stückigen Tomaten unterrühren, einmal aufkochen lassen und die Suppe etwa 8 Minuten zugedeckt bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Dabei gelegentlich umrühren.

6. Inzwischen Petersilie abspülen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die Kidney-Bohnen in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.

7. Kidney-Bohnen in die Suppe geben und kurz darin erwärmen. Die Suppe mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken und mit Petersilie bestreuen.

Dazu passt:

Knuspriges, frisches Baguettebrot.
Für 12 Personen 2–3 Stangen (je nach Größe) einplanen.

So wird es richtig scharf:

Die Suppe mit frischen Chiliringen bestreuen oder zusätzlich mit ein paar Spritzern Tabasco abschmecken. Wer es weniger scharf mag, kocht nur 1 oder 1½ Chilischoten mit und würzt anfangs etwas sparsamer mit Paprikapulver.



Dr. Oetker

Partyfutter - Die Maxiversion mit coolen Drinks

Taschenbuch, Broschur, 160 Seiten, 17,0 x 24,0 cm

ISBN: 978-3-453-85573-1

Heyne

Erscheinungstermin: April 2011

Die besten Snacks und Drinks für eine lange Partynacht

Immer nur Nudelsalat, Nachos, Käsewürfel? – Vergessen Sie's! Hier kommen Rezepte, die jede Party zum Fest machen: Wie wär's mit Kichererbsensuppe, Rote-Linsen-Salat oder Flammkuchen und einem Ananas-Melonen-Refresher als Dessert? Und für die richtige Stimmung sorgen erfrischende Cocktails und fruchtige Smoothies!