

Eva Maria Lipp

What's for Pudding

Süße und pikante Rezeptideen



Eva Maria Lipp

What's for Pudding

Süße und pikante Rezeptideen



Inhalt

Vorwort	7	Proseccopudding	56
		Malzbierpudding mit Gerstenkeksen	59
<i>Süß und cremig</i>	9	Zitronengrasspudding	60
Karamellpudding mit Walnusskrokant	11	Nusspudding mit Preiselbeermarmelade	63
Weichselpudding auf Vanilleobers	12	Mohn-Karamell-Pudding	64
Saftiger Topfenpudding		Chinesischer Mandelpudding	67
mit Schokoladestücken	13		
Milchreispudding mit Pfirsichstücken	14	<i>Pikant und würzig</i>	69
Mandelpudding mit Beerensoße	17	Karotten-Ingwer-Pudding	
Kirsch-Sacher-Pudding aus dem Glas	18	mit Stangenselleriejoghurt	70
Holunderpudding mit Beerenmix	19	Kresse-Schafkäse-Pudding	
Kürbiskernpudding auf Eierlikör	20	zu rotem Paprikarelish	73
Lebkuchenpudding	23	Roggenschrot-Spinat-Pudding mit Ziegenkäse ..	74
Weißbrot-Apfel-Pudding	24	Käse-Semmel-Pudding	76
Minze-Schokolade-Pudding	27	Obers-Mais-Pudding mit Pilzen im Glas	77
Himbeer-Mokka-Pudding	28	Kartoffel-Gemüse-Pudding	79
Mohn-Marzipan-Pudding	31	Käferbohnenpudding mit Speck	80
Adventpudding	32	Hühnerleberpudding mit Kirschragout	82
Trockenfrüchtepudding	34	Wildkräuterpudding in Tomatensoße	83
Rotweinpudding	35	Bergkäse-Speck-Pudding	
Hirse-Pfirsich-Pudding	37	mit gerösteten Tomaten.....	85
Kuzu Mochi	38	Reispudding mit Schinken und Mozzarella	86
Maronen-Weintrauben-Pudding	41	Eierpudding mit buntem Salat	87
Honigpudding mit Erdbeeren	42	Räucherfischpudding	
Vanille-Whiskey-Pudding.....	44	mit warmer Schnittlauchsoße	88
Nougat-Krokant-Pudding	45	Erbsenpudding mit Faschiertem	90
Tapioka-Kokos-Pudding	47	Wurzelpudding mit Goudasoße	91
Grießpudding mit Schokolade und Sabayon	48	Bunter Gemüsepudding	93
Orangenlikörpudding	51		
Lustiger Kinderpudding	52	Rezeptregister	94
Zebra pudding	55	Impressum	96



Zubereitungsdauer: 13 Minuten

Serviert als: Dessert

Zutaten für 4 Portionen

50 g Kürbiskerne

Mark von 1 Vanilleschote

500 ml Milch

3 Eigelb

60 g Staubzucker

(Puderzucker)

30 g Stärkemehl

40 ml Kürbiskernöl

20 g Feinkristallzucker

50 g Kürbiskerne

80 ml Eierlikör



Kürbiskernpudding auf Eierlikör

Die Kürbiskerne fein hacken. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden, das Mark herausschaben, zur Milch geben und mit den fein gehackten Kürbiskernen aufkochen.

TIPP: Wer mag, kann statt Eierlikör auch Kürbiskernlikör verwenden. Sie können den Vanilledurch Schokoladepudding ersetzen. Anstelle von Kürbiskernen sind auch Pistazienkerne oder andere Nüsse geeignet – und schon gibt es weitere Variationen in der Sammlung ihrer Puddings.

In der Zwischenzeit die Eigelbe mit dem Staubzucker dickschaumig aufschlagen, dann das Stärkemehl klumpenfrei unterrühren. Die Masse unter ständigem Rühren zur Milch geben und nochmals aufkochen. Vor dem Einfüllen in die Puddingschälchen das Kernöl beifügen und gut verrühren. Pudding abkühlen und fest werden lassen.

Für die Dekoration beziehungsweise das Kürbiskernkrokant den Zucker in einer Pfanne zerlaufen lassen, bis er hellbraun ist. Die Kürbiskerne beifügen und umrühren. Auf einen vorbereiteten Bogen Backpapier gießen und erstarren lassen. Anschließend grob hacken.

Zum Anrichten den Pudding mit Eierlikör und Kürbiskernkrokant garnieren.

Pro Portion: 531 Kilokalorien | 13 g Eiweiß | 32 g Fett | 43 g Kohlenhydrate





Zubereitungsdauer: 20 Minuten

Serviert als: Dessert

Zutaten für 4 Portionen

500 ml Milch
25 g Stärkemehl
60 g Mandelstifte
60 g gehackte Walnüsse
30 g kandierte Orangen
30 g kandierte Zitronen

30 g kandierte Kirschen
50 g Honig
2 Eigelb
20 g Mandelstifte
und kandierte Kirschen
als Garnitur



Adventpudding

Circa 65 ml der Milch mit dem Stärkemehl klumpenfrei verrühren. Restliche Milch erhitzen, dann die Mandelstifte, Walnüsse, kandierten Früchte, den Honig sowie die Eigelbe beifügen und sehr gut verrühren, damit die Eigelbe nicht ausflocken. Erhitzen, Stärkemilch einrühren und unter ständigem Rühren einmal gut aufkochen.

Den Adventpudding in vorbereitete Gläser füllen. Damit sich keine Haut bildet, zugedeckt abkühlen und fest werden lassen. Vor dem Servieren mit Mandelstiften und kleinen Stücken von kandierten Kirschen garnieren.

Pro Portion: 421 Kilokalorien | 10 g Eiweiß | 24 g Fett | 40 g Kohlenhydrate

TIPP: Wenn Gewürze erwünscht sind, können herbstliche wie Zimt, Nelken, Piment, Kardamom, aber auch Lebkuchengewürz in kleinen Mengen zum Pudding gegeben werden; ebenso auch das Mark einer Vanilleschote oder abgeriebene Orangenschale.

Zubereitungsdauer: 30 Minuten
Besonderheit: laktose- und glutenfrei
Serviert als: Dessert

Zutaten für 4 Portionen

Himbeerpudding
250 g Himbeeren
20 ml Zitronensaft
40 g Feinkristallzucker
15 g Stärkemehl
20 ml Wasser

Mokkapudding

125 ml Sojamilch
125 ml Mokka (*starker Kaffee*)
40 g Feinkristallzucker
15 g Stärkemehl

125 ml laktosefreies Obers
(*Schlagsahne*)
frische Himbeeren und
Melisseblätter für
die Garnitur



TIPP: Die Fruchtmasse kann mit jeder anderen Frucht (Beeren, Steinobst) ebenso hergestellt werden. Wird dieser Pudding für Kinder zubereitet, kann anstelle von Kaffee auch Kakao verwendet werden.

Himbeer-Mokka-Pudding

Himbeeren mit Zitronensaft aufkochen und verrühren, sodass ein Mus entsteht. Zucker zufügen und unter Rühren auflösen. Stärkemehl im Wasser klumpenfrei verrühren. In die kochende Himbeermasse eingießen und unter ständigem Rühren aufkochen. Die vorbereiteten erwärmten Gläser zum Beispiel in einer länglichen Schale schräg stellen. Himbeerpudding gleichmäßig verteilt eingießen. Pudding abkühlen und fest werden lassen.

Für den Mokkapudding Sojamilch und Mokka miteinander verrühren. 180 ml der Mischung aufkochen. In die restliche Flüssigkeit den Zucker und das Stärkemehl glatt einrühren und danach in die kochende Flüssigkeit geben. Unter ständigem Rühren aufkochen.

Die Gläser mit dem Himbeerpudding gerade stellen. Den Mokka- auf dem Himbeerpudding gleichmäßig verteilen, abkühlen und fest werden lassen. Obers steif aufschlagen und Rosetten auf den Pudding dressieren. Mit frischen Himbeeren und Melisseblättern garnieren.

Pro Portion: 231 Kilokalorien | 7 g Eiweiß | 13 g Fett | 22 g Kohlenhydrate





Zubereitungsdauer: 10 Minuten
Serviert als: Aperitif oder Dessert

Zutaten für 4 Portionen

2 Orangen
500 ml frisch gepresster Orangensaft
25 g Stärkemehl
30 g Feinkristallzucker
80 ml Orangenlikör

Orangenlikörpudding

TIPP: Die Dekoration sollte einfach sein. Eventuell können Sie die Gläser mit Orangenspalten garnieren. Und damit beim Einfüllen des Puddings die Glasränder nicht verkleben, sollten Sie einen Messbecher mit »Gießschnabel« verwenden und darauf achten, dass der Pudding mittig eingegossen wird. So bleiben die Glasränder sauber.

Die Orangen schälen und die Spalten mit einem scharfen (Filetier-)Messer filetieren. Die Orangenfilets in Stielgläser gleichmäßig einlegen.

375 ml Orangensaft aufkochen. Im restlichen Orangensaft das Stärkemehl mit dem Zucker klumpenfrei verrühren. In den kochenden Orangensaft eingießen und unter ständigem Rühren einmal aufkochen. Kurz abkühlen lassen.

Dann den Orangenlikör dazugeben und unterrühren. Pudding gleichmäßig in die vorbereiteten Gläser mit den Orangenfilets einfüllen. Damit sich keine Haut bildet, Pudding zugedeckt abkühlen und fest werden lassen.

Pro Portion: 205 Kilokalorien | 2 g Eiweiß | 0 g Fett | 37 g Kohlenhydrate

Zubereitungsdauer: 40 Minuten
Besonderheit: vegetarisch
Serviert als: warme Vorspeise

Zutaten für 4 Portionen

100 g Kresse
100 g Schaf- oder Feta-Käse
4 Eier
50 g Butter
150 g Weizenmehl
5 g Kräutersalz
1 Msp. Pfeffer aus der Mühle

Paprikarelish

3 rote Paprikaschoten
30 g Chilischote
80 g Zwiebel
125 ml Weißwein
10 g fein geschnittener
Knoblauch
10 g geriebener Ingwer

125 ml Wasser
5 g Currypulver
3 g Kurkumapulver
10 g Salz
200 g Gelierzucker 2 : 1
20 g Butter
für die Formen

Kresse-Schafkäse-Pudding zu rotem Paprikarelish

TIPP: Wer mag, kann die Kresse durch Rucola und den Schafkäse durch einen würzigen Hartkäse (zum Beispiel Emmentaler) ersetzen.

Kresse abschneiden. Den Käse in feine Würfel schneiden. Die Eier trennen und die Eiweiße zu steifem Schnee aufschlagen. Butter schaumig rühren und die Eigelbe nach und nach einrühren. Mehl mit Salz, Pfeffer, den Käsewürfeln und der Kresse dazugeben und verrühren. Eischnee vorsichtig unterheben. Masse 3/4 hoch in die vorbereiteten Puddingformen einfüllen. In ein mit Wasser gefülltes tiefes Backblech oder eine Auflaufform stellen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 20 Minuten garen.

Für das Relish die Paprikaschoten entkernen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Chili und Zwiebeln ebenfalls würfelig schneiden. Alle Zutaten – außer dem Gelierzucker – in einen Kochtopf geben, aufkochen und dann bei kleiner Hitze 30 bis 45 Minuten köcheln lassen. Den Gelierzucker zum Schluss hinzufügen und weitere 4 Minuten kochen. Abschmecken und noch heiß in die Mitte des Puddings füllen.

Pro Portion: 696 Kilokalorien | 20 g Eiweiß | 25 g Fett | 93 g Kohlenhydrate

