



Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Salatbuffet

Das Salatbuffet in unserer Mensa besteht aus verschiedenen Komponenten wie zum Beispiel grünen Blattsalaten, Tomaten, Mais, Paprika, Karotten und Gurken.

Bei der Zubereitung waschen wir zu Beginn das Gemüse, anschließend wird es grob geschnitten, entkernt und zum Schluss in kleine Stücke geschnitten. Beim Salatbuffet werden zudem noch zwei Dressings angeboten. Zum Einen das Rahmdressing und zum anderen das Balsamicodressing. Beim Rahmdressing geben wir Sauerrahm, Joghurt, Milch, Zucker, Essig, Gewürze und Kräuter in eine Schüssel verrühren alles gut und füllen es danach in kleine Behälter. Beim Balsamicodressing geben wir Balsamico, Öl, Wasser, Senf, Zucker, Salz und Pfeffer in eine Schüssel verrühren auch alles gut und füllen es dann auch in kleine Behälter um. Anschließend wir alles in den Behältern in das Salatbuffet gegeben und jeder kann sich selbst seine Portion herausnehmen.

The Salad buffet

The salad buffet in our cafeteria consists out of various components such as green lettuce, tomatoes, corn, peppers, carrots and cucumbers. During the preparation we wash the vegetables at the beginning. Then it is roughly cut, gutted and finally cut into small pieces. The salad buffet also offers two dressings. On the one hand the cream dressing and on the other hand the balsamic dressing. At the cream dressing, add sour cream, yoghurt, milk, sugar, vinegar, spices and herbs to a bowl, stir well and then fill into small containers. At the balsamic dressing we give balsamic vinegar, oil, water, mustard, sugar, salt and pepper in a bowl stir well and then fill it into small containers. Then we put everything in the containers in the salad buffet and everyone can take out his own portion.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Kartoffelsuppe

Kartoffelsuppe ist eine Suppe der traditionellen deutschen und österreichischen Küche. Ihre Hauptzutat sind Kartoffeln. Wenn die Konsistenz relativ dickflüssig ist, spricht man von einem Eintopf.

Rezept

Kartoffelwürfel, Karotten, Sellerie und Zwiebeln mit Hühnerbrühe in einem Topf vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Topf abdecken und ca. 15 – 20 Minuten später zum Kochen bringen. Kartoffeln sind sehr weich. In einer mittelgroßen Pfanne Butter schmelzen lassen, Mehl hinzufügen und 1 Minute unter Rühren kochen. Milch einrühren, kochen und umrühren, bis eine leichte Blasenbildung und Verdickung einsetzt. Sobald die Kartoffeln weich sind, die eingedickte Milchmischung in die Kartoffelsuppenmischung geben und umrühren. Sauerrahm hinzufügen und gut mischen

Potato soup

Potato soup (also potato soup in Austria and parts of southern Germany) is a soup of traditional German and Austrian cuisine. Their main ingredient is potatoes. If the consistency is relatively viscous, it is called a stew.

Recipe:

Combine diced potatoes, carrots, celery and onions with chicken broth in a pot and season with salt and pepper.

Cover pot and bring to a boil, once it reaches a boil reduce heat to medium and continue to cook about 15 – 20 minutes longer until potatoes are very soft.

Meanwhile, in a medium saucepan melt butter, add flour and cook for 1 minute while whisking. Stir in milk then cook and stir until mixture begins lightly bubble and thicken.

Once potatoes are soft add thickened milk mixture to potato soup mixture and stir. Add sour cream and mix well.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Krautsalat

Krautsalat ist ein Salat, der meist aus Weißkraut, seltener aus Blau- bzw. Rotkraut zubereitet wird, hierbei steht Kraut als alternative Bezeichnung für Kohl. Er kann sowohl warm als auch kalt zubereitet werden. Als eine der ältesten Kulturpflanzen in Europa gab es Salat aus Weißkraut vermutlich schon bei den Römern.

Gegessen wird der Krautsalat typischerweise als Beilage zu Bratwürsten oder zur Schweinshaxe. Aber auch beim Grillen oder bei einer zünftigen Brotzeit ist er als Beilage sehr beliebt.

Herstellung:

Weißkraut durch die Küchenmaschine lassen oder per Hand in dünne Streifen schneiden. Kraut mit Tafelessig durchkneten, damit das Kraut weich wird. Für die Marinade Zwiebeln in einer Pfanne andünsten. Anschließend zum Kraut geben und mit Apfelsaft, Zucker, Salz, Pfeffer und optional mit Kümmel abschmecken. Gegebenenfalls noch Essig zufügen.

Wer möchte kann zu den Zwiebeln auch Speckwürfel geben, wodurch der Krautsalat noch deftiger wird.

Herb salad is a salad that is usually prepared from white cabbage, less often from blue or red herb, here kraut stands as an alternative term for cabbage. It can be prepared both warm and cold. As one of the oldest cultivated plants in Europe, lettuce made of white cabbage was probably already available in the Romans. The herb salad is typically eaten as a side dish to roast sausages or to pork shakes. But it is also very popular as a side dish when grilling or having a hearty snack.

Manufacture:

Leave white cabbage through the food processor or cut into thin strips by hand. Knead the herb with table vinegar to soften the herb. For the marinade, add the onions in a pan. Then add to the herb and season with apple juice, sugar, salt, pepper and optionally cumin. Add vinegar if necessary. If you want, you can add bacon cubes to the onions, which makes the herb salad even more hearty.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Blätterteigschnecken

Ingredients:

- 2Pck. Puff pastry, rolled up ready to bake Blätterteig (Fertigprodukt)
- 600g Cream cheese Frischkäse
- 50g Chives, chopped Schnittlauch, gehackt
- 1 Prize Salt Salz
- 2 Prize Pepper Pfeffer

Recipe

Preheat the oven to 200 ° C. Mix cream cheese good with chopped chives, salt and pepper. Roll out the puff pastry and spread evenly with the mixture. Then roll up the dough the short way. Approximately Cut off 2.5 cm pieces and place on a sheet. At 200 ° C for about 10 minutes in the oven, push until they are nice golden brown.

Rezept:

Den Backofen auf 200 ° C vorheizen. Frischkäse mit gehacktem Schnittlauch, Salz und Pfeffer gut mischen. Den Blätterteig ausrollen und gleichmäßig mit der Masse verteilen. Dann den Teig kurz aufrollen. Ca. 2,5 cm große Stücke abschneiden und auf ein Blatt legen. Bei 200 ° C für ca. 10 Minuten in den Ofen schieben, bis sie schön goldbraun sind.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Sauerkraut mit Bratwürsten Herstellung

Sauerkraut

Sauerkraut ist durch [Milchsäuregärung](#) konservierter [Weißkohl](#). In Deutschland wird [Sauerkraut](#) meist gekocht als [Beilage](#) verzehrt z. B. zu Bratwürsten und Kassler. Da Weißkohl in Franken angebaut wird, ist das Lebensmittel regional und im Herbst auch saisonal.

Der Gärprozess ist komplex und zieht sich über mehrere Wochen hin. Verbraucher kaufen daher Sauerkraut als Convenience Produkt. Zum Verzehr muss man dieses nur erhitzen und mit verschiedenen Gewürzen abschmecken.

Bratwurst

Zur Herstellung von Bratwurst wird Fleisch zusammen mit Gewürzen, Zwiebeln und Kräutern im [Fleischwolf](#) fein zerkleinert. Anschließend füllt der Metzger diese Masse in Därme von [Schwein](#) oder [Lamm](#).

Zubereitet wird die Bratwurst auf dem [Grill](#) oder in der [Pfanne](#). Bratwürste können grob, fein, groß oder klein sein. Die Metzgerei Kleinhenz, die wir am Dienstag besichtigen, hat ein vielfältiges Angebot an Bratwürsten.

Sauerkraut with roast sausages production

Sauerkraut is preserved white cabbage by [lactic acid fermentation](#), it is usually cooked as a side dish consumed in Germany e.g. to roast sausages and kassler. Due to the origin of the cabbage, the product is regional and also seasonally available in autumn. The fermentation lasts for several weeks and is a very big effort, therefore the sauerkraut is already fermented as a convenience product that only needs to be heated for [consumption](#) and tasted with different spices.

Bratwurst is referred to as a variety of meat sausages. For the production, meat is finely crushed in the meat grinder along with spices, onions, herbs. Then fill it in intestines of pork or lamb and are cooked in hot water. For the preparation, they are usually roasted on the grill or in the pan. Different varieties from coarse to fine there are also we use the roast sausages of the butcher we will visit on Tuesday. We only have to fry them in the pan golden brown.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Bratapfels

Bratäpfel werden gerne in Bayern gegessen. Zumeist wird er als Nachspeise verzehrt, hierbei ist dieser klassisch mit einer süßen Marzipan, Rosinen, Rum und Nuss Masse gefüllt. In seltenen Fällen wird der Apfel auch als Vorspeise gegessen allerdings handelt es sich hierbei dann um eine deftige Füllung wie zum Beispiel eine Apfel-Zwiebel Füllung. Für diese Speise verwendet man am besten Äpfel, die säuerlich sind sodass es einen Kontrast zur süßen Füllung gibt. Auch bei der Konsistenz muss man darauf achten, dass man Äpfel wählt, die bei der Backzeit nicht zerfallen. Die Sorten Boskop und Jonagold eignen sich hierbei am besten, da sie den Forderungen entsprechen und zudem regional und saisonal sind.

Für den Bratapfel ist der Marzipan ein wichtiger Bestandteil, Deutschland ist bekannt für den Lübecker/Königsberger Marzipan.

Gefüllt wird der Apfel dann im Ofen gebacken und serviert wird dieser dann meist warm mit Vanillesoße oder etwas Eis.

The Production of Oven Apple

Oven apples are often eaten in Bavaria. Mostly it is eaten as a dessert, typically filled with a sweet marzipan, raisins, rum and nut mixture. In rare cases, the apple is also eaten as an appetizer, but in this case it's filled with a savoury filling such as an apple-onion filling. For this food, it is best to use apples that are sour so that it contrasts with the sweet filling. Also important is the consistency you have to make sure that you choose apples that do not collapse while baking. Boskop and Jonagold are types of apples that are best suited for this, as they meet the requirements and are also regional and seasonal.

Marzipan is an important ingredient for the baked apple, and Germany is known for the Lübeck / Königsberger marzipan.

After the apple is filled you just have to put it in the oven and than you usually serve it warm with some ice cream or a Vanilla sauce.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

VANILLEFLAMMERI

Milch wird mit Geschmackszutaten zum Kochen gebracht und mit einem stärkehaltigen Bindemittel gedickt (Milchflammeri).

Beim Obstflammeri (auch Obstgrütze genannt) wird in gleicher Weise Obstsaft gedickt. Hierbei können Obstmus und Beerenfrüchte mitgekocht werden.

Soll der Flammeri nach dem Erkalten gestürzt werden, empfiehlt es sich, die Menge des Bindemittels zu erhöhen.

Damit er sich gut aus der Form löst, sollte die Flammeriform vor dem Einfüllen mit kaltem Wasser ausgespült werden.

1. Die Vanilleschote der Länge nach aufschlitzen und das Mark mit dem Messerrücken herauskratzen. Das Mark und die Schote mit der Milch und dem Salz in einen Topf geben und zum Kochen bringen.
2. Die Hitze klein schalten, den Grieß und den Zucker zur Milch geben und unter regelmäßigem Rühren in etwa 8 Min. garen. Lauwarm abkühlen lassen, die Vanilleschote entfernen.
3. Das Ei trennen. Das Eigelb unter den Brei rühren, das Eiweiß steif schlagen und unterziehen. Vier Förmchen kalt ausspülen und den Flammeri einfüllen. 12 Std. kühl stellen.
4. Die Flammeris vom Rand der Förmchen lösen, auf Teller stürzen und mit den Beeren umlegen.

Milk is brought to a boil with flavoring ingredients and thickened with a starchy binder (Milchflammeri).

Fruit flint (also called fruit pudding) is thickened in the same way fruit juice. This fruit and berry fruits can be boiled.

If the Flammeri are to be overturned after cooling, it is advisable to increase the amount of the binder.

To dissolve well from the mold, the flame mold should be rinsed with cold water before filling.

1. Slit the vanilla pod lengthwise and scrape the pith out with the back of the knife. Put the pith and pod with the milk and salt in a saucepan and bring to a boil.
2. Turn down the heat, add the semolina and the sugar to the milk and cook with regular stirring for about 8 minutes. Cool lukewarm, remove the vanilla pod.
3. Separate the egg. Stir the egg yolks under the mash, beat the egg whites until stiff and put them under. Rinse four cold dishes and fill in the flammeri. Refrigerate for 12 hours.
4. Remove the Flammeris from the edge of the molds, topple on plates and fold with the berries.





Co-funded by the
Erasmus+ programme of
the European Union

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung trägt allein der Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.