



JUGENDFEUERWEHR
Baden-Württemberg

**UNSERE REZEPTE
FÜR EUROPA**



**ÜBER 100
REZEPTE
FÜR GROSS
UND KLEIN**

Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg

UNSERE REZEPTE FÜR EUROPA



Die Jugendfeuerwehr Neudenaun, kocht in einer Gruppenstunde „Chilli con carne“ für das Kochbuch.

UNSERE REZEPTE FÜR EUROPA



Liebe Leser*innen,

als die Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg im Herbst 2021 das Projekt „Wir in Europa“ initiierte, ahnten wir nicht, dass in Europa ein Krieg bevorsteht. Ein Krieg, der auch unsere Jugendlichen beschäftigt. Sicherheit und Frieden erscheinen auf einmal nicht mehr selbstverständlich, sondern etwas, das durch und dank Europa entsteht und an dem man ständig arbeiten muss. Miteinander!

Wir sehen es unter anderem als unsere Aufgabe die europäischen Werte und Ziele an Kinder und Jugendliche weiterzugeben. Auf dieser Grundlage sollen die nachfolgenden Generationen die EU nach ihren Bedürfnissen gestalten. Wir wollen den europäischen Gedanken von Zusammenhalt, Frieden und Toleranz wieder in den Vordergrund rücken. Kinder und Jugendliche sollen dabei motiviert werden, sich zu interessieren und sich selbst nachhaltig für ein gutes Gelingen Europas einzusetzen. Im Laufe des Projektes entstand die Idee der Herausgabe eines Kochbuches.

Dieses Kochbuch ist nicht nur eine Sammlung köstlicher Rezepte, sondern auch Ausdruck unserer Vielfalt und Gemeinschaft. Unsere Organisation ist stolz

darauf, die Zukunft aktiv mitzugestalten und junge Menschen zu inspirieren.

Menschen aus unserm Verband, Jugendliche und Betreuende aus den Jugendfeuerwehren, Freunde der Jugendfeuerwehr haben für dieses Buch ihr Lieblingsrezept verraten und zum Teil auch ihr persönliches Rezept für das Gelingen Europas mitgeteilt.

Das vorliegende Kochbuch zeigt Ihnen/Euch auch einen Rückblick auf die Veranstaltungen und Begegnungen im Rahmen unseres Projektes „Wir in Europa“

Ich wünsche allen viel Spaß beim Nachkochen und beim Lesen.

Ihr Andreas Fürst
Landesjugendleiter Jugendfeuerwehr
Baden-Württemberg



Unter diesem Stichwort haben wir die Personen, die ein kulinarisches Rezept eingereicht haben, gebeten auch ihr „Rezept“ für ein gelingendes Europa zu geben. Viele Personen sind diesem Aufruf gefolgt. Unter dem Titel „Rezept für Europa“ möchten wir diese Statements auch dazu verstehen wissen, dass jeder Einzelne von uns für das wunderbare „Projekt Europa“ weiter denkt und weiter entwickelt. Jeder kann in seinem Umfeld dazu beitragen Europa ein Stück besser zu machen, sei es bei Städtepartnerschaften, bei Veranstaltungen im In- und Ausland und z.B. bei einer Reise mit dem Interrailticket.

GLIEDERUNG

EINE ÜBERSICHT ALLER EINZELNEN REZEPTE
FINDEST DU AUF DER SEITE 152







Foto: Adobe Firefly

Flädlesuppe

Andreas (53), Satteins, Österreich

Zutaten für 4 Personen

- 90 g Mehl
- 180 ml Milch
- 2 Eier
- 3 EL Käse (gerieben)
- 1 EL Butter
- 1 l Rindsuppe
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Salz

Zubereitung

Für die Flädlesuppe aus Mehl, Milch, Eier, Käse, Pfeffer und Salz mit dem Schneebesen einen Teig rühren. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Palatschinken beidseitig gelb ausbacken. Jede Palatschinken einzeln zusammenrollen und mit einem Messer feinnudelig schneiden. Die Flädle in Suppenschalen verteilen und mit heißer Suppe übergießen.

„Frittatensuppe ist nichts Besonderes in Vorarlberg kommt aber natürlich Käse dazu, was diese „Südländer“ ja angeblich so gut machen können.“



Alles, was verbindet und geteilt wird gibt Frieden.



Foto: Adobe Firefly

Vinaigrette- Salat

Lina (20), Pforzheim

Zutaten für 4 Personen

- 4 Kartoffeln
- 4 Karotten
- 2 Knollen Rote Beete
- 3 Esslöffel Sauerkraut
- 6 Essiggurken
- 1 Zwiebel,
- 3 EL Olivenöl
- Prise Salz

Zubereitung

1. Karotten, Kartoffeln und Rote Beete kochen und anschließend in Würfel schneiden.
2. Essiggurken und Zwiebeln ebenfalls würfeln.
3. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen.

Guten Appetit!

„Dieses Rezept ist von unserer ukrainischen Familie, die ein halbes Jahr bei uns gewohnt hat. Superleicht und lecker :)“



Viel Austausch, Offenheit und Frieden.



Kürbis-Curry-Cremesuppe

Michael (56), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

- 1 Hokkaido (1 kg)
- 1 Zwiebel
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 2 TL Curry gemahlen
- 400 ml Kokosmilch
- 800 ml Gemüsebrühe
- 50 g Schmand
- 300 g Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 2 Zehen Knoblauch
- Salz, Pfeffer, Petersilie

Zubereitung

Hokkaido waschen, entkernen und das Fruchtfleisch grob würfeln. Zwiebel schälen und hacken. 1 EL Öl in einem großen Topf erhitzen. Die Zwiebel- und Kürbiswürfel mit dem Currypulver anschwitzen. Mit der Kokosmilch und der Brühe ablöschen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 – 20 Minuten weich garen. Inzwischen die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Beides in einer Pfanne mit 2 EL Öl hellbraun braten und salzen.

Kürbis mit Stabmixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und Currypulver abschmecken. Petersilie waschen, trocknen und hacken. Schmand glatt rühren. Die Suppe in Teller füllen, geröstete Kartoffelwürfel dazu geben. Mit Schmand und Petersilie garnieren.

„Der Landesjugendfeuerwehrausschuss hat dieses Gericht an seiner Jahresabschlussklausur im November 2023 selbst gekocht. Sehr lecker!“





HAUPTGERICHTE



Foto: Pixabay moersch

Schwäbische Käsespätzle

Winfried Kretschmann, Ministerpräsident Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Mehl
- 5 große Eier
- 1 Prise Salz
- 200 ml Sprudel
- 350 g Bergkäse
- 3 mittelgroße Zwiebeln
- Für die Zubereitung der Spätzle hier im Rezept benötigt man einen großen Topf und einen Spätzleschwob – die in den 1930er-Jahren von Robert Kull entwickelte Presse zur Zubereitung von Spätzle. Früher noch aus schwerem Stahl, bietet sich heute die Presse aus leichterem Aluminium an.

Zubereitung

1. Backofen auf 175-200 Grad vorheizen.
 2. Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und leicht salzen.
 3. Für den Teig das Weizenmehl in eine Schüssel geben. In der Mitte des Mehls eine Vertiefung machen und Eier, Sprudel und eine Prise Salz dazu geben.
 4. Die Mischung mit einem Kochlöffel oder mit den Händen vermengen, bis die Masse sämig ist.
 5. Eine Schüssel für die fertigen Spätzle neben den Topf bereitstellen. Wenn das Wasser kocht, den Teig in den Spätzleschwob füllen und direkt in das kochende Wasser pressen. Mit einem kleinen Messer können die Teigstreifen von der Presse entfernt werden.
 6. Nachdem die Spätzle kurz aufgekocht wurden und an die Oberfläche kommen, können sie mit einem Schaumlöffel herausgehoben und in die Schüssel gegeben werden. Diesen Vorgang wiederholen, bis der gesamte Teig aufgebraucht ist.
- Zur Zubereitung der Käsespätzle:
7. Abwechselnd eine Lage der frischen Spätzle und eine Lage Käse in die Auflaufform geben. Am Ende etwas Spätzlewasser über die Spätzle mit Käse geben (so trocknen die Käsespätzle nicht aus). Dann für mindestens 20 Minuten in den Ofen bei ca. 175-200 Grad.
 8. Währenddessen die Zwiebeln in Streifen schneiden und in der Pfanne braun anbraten.

9. Die fertigen Käsespätzle können nun auf Tellern angerichtet und die Zwiebeln darüber gegeben werden. Zu dem Gericht empfiehlt sich ein gemischter Salat als Beilage oder Vorspeise.

„Spätzle sind so etwas wie der Dauerbrenner der schwäbischen Küche. Erstmals wurden sie urkundlich im Jahre 1725 erwähnt, doch reicht die Geschichte der vielseitig einsetzbaren und einfach zuzubereitenden Kost für Jedermann bis ins Mittelalter zurück. Ob auf dem Spätzlesbrett geschabt, gehobelt oder gepresst, das „Leibgericht der Schwaben“ ist immer ein Genuss.“



Rezept für Europa

"Die Europäische Einigung durch die Europäische Union ist Garant für Frieden, Freiheit und Wohlstand in Baden-Württemberg. Sie ermöglicht uns ein grenzüberschreitendes Zusammenleben mit unseren Nachbarn - ob in kultureller, ökonomischer oder sozialer Hinsicht. Die Europäische Einigung ist aber nichts Selbstverständliches. Es ist wichtig, dass wir uns heute und in Zukunft als Gesellschaft dafür einsetzen, dass wir auch weiterhin in einem Europa der offenen Grenzen leben und wirtschaften können. Gerade die jungen Generationen möchte ich deshalb ermutigen: Seid neugierig und offen für die kulturelle Vielfalt, die uns das grenzenlose Europa bietet und setzt euch für das weitere Bestehen ein. Vereinspartnerschaften, Schulkooperationen und der Studierendenaustausch bieten hierfür viele Möglichkeiten für den Austausch mit unseren europäischen Nachbarn."



Foto: Adobe Firefly

Schwäbische Maultaschen

Dr. Wolfgang Schäuble (* 18.09.1942; † 26.12.2023), Bundestagspräsident a.D.

Zutaten für 4 Personen

Teig:

- 4 - 5 Eier
- 500 g Mehl
- Salz

Füllung:

- 600 g Wasserweck (alt)
- 750 g Suppenfleisch mit Knochen (Leiter oder Bug)
- 500 g Schweinefleisch zum Braten (Hals oder Bug)
- 1/2 Pfund Spinatgemüse und/oder
- 1 gr. Bund Petersilie
- 1 gr. Zwiebel
- 4 - 5 Eier
- Salz, wenig Muskat
- 1/4 l Rahm
- 1/4 l heiße Milch

Zum Abkochen:

- 3 l Wasser, Salz

Zum Abschmälzen:

- Butter und Weckmehl

Zubereitung

Teig: Man bereitet einen Nudelteig aus den Eiern, Mehl und Salz zu (evtl. etwas Wasser) oder man kauft beim Bäcker einen fertigen Nudelteig, der bereits

ausgewellt ist.

Aus dem Suppenfleisch und Knochen sowie Suppengemüse eine Fleischbrühe zubereiten, das Schweinefleisch ca. 1. Stunde braten und ablöschen, mit dem Spinat, der Petersilie, der Zwiebel durch die Maschine drehen. Die Brötchen in feine Würfel schneiden, mit der kochenden Milch übergießen und kurz einweichen und mit den Eiern, dem Rahm, Salz und Muskat zu dem Fleischteig geben und alles gut vermischen. Den Nudelteil ganz dünn auswellen, Vierecke (4 - 5 cm) oder runde Teigplatten austrädeln und mit dem Fleischteig belegen. Teigränder mit Eiweiß bepinseln und übereinanderschlagen. 10 Min. in gesalzenem, siedendem Wasser ziehen lassen, dann herausnehmen. Ein Teil der Maultaschen in die Fleischbrühe geben und als Suppe essen; für den Rest eine Schmälze aus Butter und Weckmehl bereiten, über die heißen Maultaschen geben und sie zusammen mit Kartoffelsalat und grünem Salat essen.

Rezept für Europa

Die Vielfalt Europas zeichnet sich auch durch ihre Kulinarik aus – ein Reichtum, den es zu bewahren gilt

„WIR IN
EUROPA!“



Nach vier Jahren Pause fand von Samstag, 30. Juli bis Samstag, 6. August endlich wieder das Landeszeltlager statt. Und die Vorfreude war nicht nur beim Orgateam riesig, auch bei den teilnehmenden Gruppen war die Freude spürbar. Hatten wir unser Zeltlager doch wieder für ca. 300 Teilnehmende geplant, wurden wir von den zahlreichen Anmeldungen völlig überrannt. Nach einigen Absprachen mit den Platzbetreibern und dem Caterer war klar, dass wir die Teilnehmendenzahl erhöhen konnten. So kam es, dass an unserem diesjährigen Zeltlager über 500 Kinder, Jugendliche und ihre Betreuenden aus 30 Jugendfeuerwehren teilnahmen.



Weiter auf
Seite 58

ZUM
VIDEO





Mercimek Çorbasi - Rote Linsensuppe

Muhterem Aras Mdl, Präsidentin des Landtags von Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

- 200 g rote Linsen
- 2 EL Olivenöl (extrafein)
- 2 rote Zwiebeln
- 4 Karotten
- 1 Kartoffel
- 2 Liter Gemüsebrühe
- 1-2 EL scharfes Paprikamark
- Saft von 2 Bio-Zitronen
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer, grobes Meersalz und Paprikapulver - so nach Gefühl“

Zubereitung

Die roten Linsen in einem Sieb mit kaltem Wasser gut abwaschen. Die Zwiebeln pellen und in ganz kleine Würfel schneiden. Die Karotten waschen, schälen und ebenfalls würfeln. Genauso mit der Kartoffel verfahren. In einem großen Topf das Olivenöl bei mittlerer Hitze erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Das Paprikamark zu den gedünsteten Zwiebeln geben und scharf anbraten. Anschließend mit der Gemüsebrühe ablöschen und die roten Linsen sowie die Möhren- und Kartoffelwürfel dazugeben.

Die Suppe mit Salz und Pfeffer „so nach Gefühl“ würzen und alles zum Kochen bringen. Anschließend die Hitze etwas zurückschalten und die Linsensuppe (Mercimek Çorbasi) bei aufgelegtem Deckel für ca. 40 Minuten sanft köcheln lassen, bis das Gemüse und die Linsen zerfallen sind. Die Linsensuppe auf Suppentellern anrichten und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

„Von der Linsensuppe ist in meiner Familie noch nie etwas übriggeblieben! Sie schmeckt lecker zu jeder Tageszeit. Als Frühstück zum Aufwärmen oder in der Nacht um 1 Uhr, bevor man schlafen geht.“



Die europäische Union ist ein wunderbares Friedensprojekt! Ich wünsche mir Freiheit ohne Grenzen, Austausch und Freundschaften auf internationaler Ebene, dass man lieben kann, wen man möchte, gleiche Rechte und eine hohe Wertschätzung für Menschen, die sich für das Gemeinwesen einsetzen – wie die Mitglieder der Jugendfeuerwehren!



Gans aus dem Bräter

Florian Hassler, Staatssekretär für politische Koordinierung und Europa im Staatsministerium Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

- 3-4 kg Gans (bratfertig)
 - 3 Karotten
 - 2 Zwiebeln
 - 1 Bd. Sellerie
 - 400 ml Gemüsebrühe
 - Salz, Pfeffer
 - Beifuß, Rosmarinzwige, Majoran
- Hilfsmittel:
- Bräter, Tranchierbesteck

Zubereitung

1. Ofen auf 220°C vorheizen (Umluft).
2. Die Gans küchenfertig vorbereiten, mit Salz, Pfeffer innen und außen würzen, mit der Spicknadel ein paar Mal einstechen. Dann mit der Brustseite nach unten in einen passenden Bräter legen.
3. 400 ml Gemüsebrühe sowie Beifuß und Rosmarinzwige in den Bräter dazu geben.
4. Den Bräter in den Ofen geben. Nach 30 Minuten garen wenden. Die Temperatur auf 180°C herunterdrehen und ca. 1,5-2 h weiter garen.

5. In der Zwischenzeit Zwiebeln, Sellerie- und Karotten klein würfen und dieses dann mit dem Majoran in den Bräter legen. Das überschüssige Fett abschöpfen.
6. Gegen Garzeitende die Haut mit kaltem Salzwasser bepinseln und 5 bis 10 Minuten knusprig weiterbraten.
7. Die Gans aus dem Bräter lösen und beiseitestellen. Den Bratensatz mit ca. einem Viertel Liter Wasser vom Bräterboden lösen und das gekochte Suppengemüse durch ein Sieb in die Sauce drücken. Nach Bedarf die Sauce mit etwas Speisestärke abbinden.
8. Die Gans zerteilen (am besten mithilfe eines Tranchierbestecks) und servieren. Dazu passen hervorragend Kartoffelklöße und Rotkohl.



Europa vereint Nationen, Kulturen und Traditionen. Gerade auch die kulinarische Vielfalt spiegelt unsere kulturelle Vielfalt wider und verbindet Menschen über Grenzen hinweg.

Saftiger Rinderbraten aus dem Römertopf mit Serviettenknödel

Dr. Frank Knödler
Präsident des Landesfeuerwehrverbandes Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

Teig:

- Für den Braten:
- 800 g Rinderbraten (aus der Keule oder Schulter)
- 3 Zwiebeln
- Suppengrün
- 3 Knoblauchzehen
- 700 ml Rinderbrühe
- 250 ml Rotwein
- 3 EL Tomatenmark
- 3 Lorbeerblätter
- Getrocknete Wacholderbeeren
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Olivenöl zum Anbraten
- Salz, Pfeffer
- evtl. Soßenbinder oder Mehl

Für die Knödel:

- 400 g Mehl
- 400 g Toastbrot
- 4 Eier
- Milch
- Salz
- Butter zum Anbraten
- Neben üblichen Gegenständen wird ein Römertopf und ein frisches Geschirrtuch benötigt.

Zubereitung

Braten:

1. Den Römertopf vor dem Gebrauch etwa 15 bis 20 Minuten in Wasser einweichen
2. Den Rinderbraten mit Salz und Pfeffer würzen. In der Pfanne das Olivenöl erhitzen und den Braten von allen Seiten kräftig anbraten, bis er eine schöne Kruste bekommt.
3. Die Zwiebeln, das Suppengrün und den Knoblauch im Römertopf verteilen. Den angebratenen Rinderbraten darauflegen.
4. In einer Schüssel die Rinderbrühe mit Rotwein und Tomatenmark vermengen. Die Flüssigkeit über den

Braten gießen. Lorbeerblätter und die Rosmarinzwige hinzufügen.

5. Den Deckel auf den Römertopf setzen und diesen in den auf 180 °C vorgeheizten Backofen stellen. Den Braten für etwa 2,5 bis 3 Stunden schmoren lassen, bis das Fleisch zart ist.

6. Anschließend die Soße aus dem Römertopf in einen Topf sieben und nach Belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Falls die Soße zu flüssig ist, kann sie mit einer Mehlschwitze oder Soßenbinder etwas andickt werden.

Knödel:

1. Das Toastbrot in kleine Würfel schneiden und in einer großen Pfanne in etwas Butter anbraten.
2. Anschließend die Eier trennen und das Eiweiß steif schlagen.
3. Das Eigelb mit Mehl, Salz und Milch vermengen und rühren, bis ein cremiger, leicht zähflüssiger Teig entsteht.
4. Die goldbraunen Toastwürfel zur Masse geben und danach das Eiweiß unterheben.
5. Die Masse anschließend in ein frisches Geschirrtuch gegeben und daraus wird eine Rolle geformt. Die Enden werden mit Gummis oder Faden zusammengebunden.
6. Die Knödelrolle in einen Topf mit siedendem Wasser legen und rund 30 bis 40 Minuten leicht kochen.
7. Zum Servieren die Serviette(=Geschirrtuch) entfernen und den Knödel in dicke Scheiben schneiden.

„Als vegetarische Alternative können die Knödel auch mit einer Pilzrahmsoße serviert werden.“



Rezept für Europa

„Keine Liebe ist aufrichtiger als die Liebe zum Essen“, soll der irisch-britische Dramatiker und Politiker George Bernard Shaw einmal gesagt haben. Essen hält bekanntlich Leib und Seele zusammen – schon deshalb ist es nachvollziehbar und überlebenswichtig, regelmäßig gut zu essen und zu trinken. Drei Mal am Tag, wie man so schön sagt. Und abwechslungsreich.

Auf eine äußerst abwechslungsreiche, kulinarische Europareise können Sie sich mit dem vor Ihnen liegenden Buch begeben, das unsere Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg unter dem Titel „Unsere Rezepte für Europa“ herausgegeben hat.



Und dieser Buchtitel ist nicht nur im kulinarischen Wortsinn zu verstehen. Denn: Die internationale Zusammenarbeit spielt auch im Feuerwehrwesen eine immer bedeutendere Rolle. Sie ermöglicht es, länderübergreifend Projekte anzugehen und Freundschaften zu fördern. Durch einen kontinuierlichen Gedanken- und Erfahrungsaustausch können Feuerwehrleute aller Nationalitäten voneinander lernen und gemeinsam Lösungen finden. Europa ist quasi unser Rezept! Dabei ist es wichtig, dass die Zusammenarbeit auf Augenhöhe geschieht – mit Kameradschaft, Respekt, Vertrauen und Toleranz. Davon profitieren wir alle – und so können wir gemeinsam eine verlässliche und sichere Zukunft gestalten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen „Guten Appetit“

Ihr Dr. Frank Knödler
Präsident des Landesfeuerwehrverbandes Baden-Württemberg



Foto: Adobe Firefly

Zwiebelrostbraten, Spätzle mit Brösele

Andreas Fürst, Landesjugendleiter Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg, Rielasingen-Worblingen

Zutaten für 4 Personen

Zutaten Zwiebelrostbraten:

- 4 Rumpsteaks vom Rind, a 250 Gramm schwer
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- Rapsöl für den Bratvorgang

Zutaten Braune Grundsoße:

- 2,5 kg fleischige Rinderknochen vom Metzger klein gehackt.
- 2,5 kg fleischige Schweineknochen vom Metzger klein gehackt. (In der Küche übrige Fleischabschnitte können jederzeit mit verwendet werden, je mehr Abschnitte zusätzlich verwendet werden umso besser wird die fertige Sauce)
- 3 Karotten gewaschen und in grobe Scheiben geschnitten.
- 1 Knollensellerie mit Grün, gewaschen und in grobe Würfel geschnitten.
- 2 Lauchstangen gewaschen und in grobe Scheiben geschnitten.
- 1 Bund Blattpetersilie, gewaschen und grob gehackt

- 200-300 Gramm Tomatenmark
- Rapsöl zum anbraten
- Ca.3 Lorbeerblätter
- Ca.8 Wacholderbeeren
- Ca. 10 Pfefferkörner
- Kleines Thymianzweigle
- 1/2 lt. Rotwein
- Ca. 3 lt. Gemüsebrühe ungesalzen (als Ersatz geht auch Wasser)
- Salz, aber erst ganz zum Schluss hinzufügen
- Butter
- Mehl

Zutaten Zwiebel-Sauce:

- 1-1 1/2 Liter Braune Sauce
- 4 große Zwiebeln
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 Esslöffel Butterschmalz

Zutaten Spätzle:

- 500 Gramm Mehl

- 5 Eier
- Salz
- Etwas Wasser

Zutaten Brösele

- Semmelbrösel (1 TL bis 1 EL)
- Butter (ein paar Flöckchen)

Zubereitung

Herstellung Braune Sauce (am besten einen Tag vorher zubereiten):

Das Tomatenmark in einer Pfanne mit Rapsöl anbraten, bis es dunkel ist. Danach mit dem Rotwein ablöschen und vom Feuer nehmen. Das oben genannte Gemüse, separat in einer Pfanne, oder auch auf einem Blech im Backofen mit heißem Rapsöl durchrösten. Anschließend vom Feuer nehmen. Dann alle Zutaten (Salz, Butter und Mehl) in einen großen Topf geben und unter 100 Grad leicht durchköcheln lassen. Die Kochzeit sollte mindestens 4 Stunden (am besten länger) betragen, damit sich der Fleischgeschmack gut von den Knochen lösen kann. Die Flüssigkeit während des Kochvorganges, mit Gemüsebrühe oder Wasser aufgießen. Durch diese Vorgänge bekommt die Sauce tolle Röst-Aromen und ihre dunkle Farbe. 3 Liter Gemüsebrühe stehen im Rezept, durch einkochen sollte am Schluss 1 bis 1 1/2 Liter fertige Sauce übrigbleiben.

Nach dem Kochvorgang die Sauce durch ein Haarsieb passieren und mit der hergestellten Mehlschwitze (aus Butter und dem Mehl) abbinden.

Mit Salz, eventuell Pfeffer aus der Mühle noch abschmecken.

Herstellung Zwiebelrostbraten mit Spätzle:

1. Für die Spätzle das Mehl mit den Eiern, Salz und ganz wenig Wasser zu einem Teig verarbeiten. Den Teig so lange schlagen, bis er ganz glatt ist und Blasen wirft. Einen größeren Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.
2. Anschließend mit der Spätzle-Maschine in das Salzwasser pressen. Die Spätzle mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, sobald sie oben schwimmen.
3. Die fertigen Spätzle bis zur weiteren Verwendung

warmstellen oder kurz vor dem Anrichten in etwas heißem Butterschmalz schwenken.

4. Die Zwiebeln schälen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebelscheiben in einer heißen Pfanne mit Butterschmalz leicht anbraten, Hitze wegnehmen und die Zwiebelscheiben weiter anschwitzen. Bei Bedarf etwas Wasser hinzufügen, in ca. 20 bis 30 Minuten sollten die Zwiebelscheiben weich sein. Das eventuell zugegossene Wasser muss zum Schluss hin völlig verdampft sein, etwas salzen. Anschließend kann man diese Zwiebel in die Braune Sauce hinzufügen oder aber separat auf den Zwiebelrostbraten geben.
5. Die Rumpsteaks mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen, dann in einer heißen Pfanne mit Rapsöl von beiden Seiten zum gewünschten Garpunkt braten. Medium dauert es ca. 2,5 Minuten Bratzeit pro Rumpsteak-Seite.

Herstellung der Brösele

Semmelbrösel in Butter leicht matschig bis ansatzweise knusprig braten und warm über die Spätzle geben.

Guten Appetit



Wir in Europa

Unsere Jugend ist das Europa von morgen durch ihre Neugier, ihre Weltoffenheit ihr Handeln und ihr miteinander wird Europa stark

Wir brauchen Mut, für ein Europa der Freiheit.

Mut für ein Europa, das für seine Werte einsteht.

Mut für ein Europa, das seine Zukunft selbst gestaltet

Mir liegt ganz besonders am Herzen:

wir dürfen nicht zulassen, dass dieses Europa von denjenigen zerstört wird, die die Antworten auf die Fragen der Zukunft nur in der Vergangenheit suchen.

Europa braucht uns und wir brauchen Europa!



Badisch-Elsässischer Flammkuchen

Dr. Yannick Bury, MdB, Ausschuss für die Angelegenheiten der Europäischen Union

Für 4 Flammkuchen von ca. 30 cm Ø

Flammkuchenteig:

- 500 g Mehl
- 250 ml Wasser
- 2 EL Olivenöl
- 1 gute Prise Salz

Belag:

- 400 g Crème fraîche
- 2 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 2 Schalotten, fein gehackt
- 3 Frühlingszwiebeln
- 200 g Schwarzwälder Schinken
- Salz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Die Teigzutaten mischen, 15 Minuten ruhen lassen. Zwei Kugeln formen, abdecken und nochmals 45 Minuten stehen lassen. Dünn ausrollen.

Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Crème fraîche mit fein gehackter Knoblauchzehe, Schalotte und der Hälfte Frühlingszwiebeln mischen

und mit wenig Salz und schwarzem Pfeffer abschmecken. Masse auf dem Teig verteilen.

Die Fladen im Backofen in ca. 7 Min. knusprig backen. Mit grobem Pfeffer und den restlichen Frühlingszwiebeln bestreuen. Zum Schluss den hauchdünn geschnittenen Schwarzwälder Schinken darauf verteilen. Guten Appetit!



Unsere Jugend ist das Europa von morgen durch ihre Neugier, ihre Weltoffenheit ihr Handeln und ihr miteinander wird Europa stark

Wir brauchen Mut, für ein Europa der Freiheit.

Mut für ein Europa, das für seine Werte einsteht.

Mut für ein Europa, das seine Zukunft selbst gestaltet

Mir liegt ganz besonders am Herzen:

wir dürfen nicht zulassen, dass dieses Europa von denjenigen zerstört wird, die die Antworten auf die Fragen der Zukunft nur in der Vergangenheit suchen.

Europa braucht uns und wir brauchen Europa!



Spaghetti Carbonara

Dr. Ann-Veruschka Jurisch, MdB, Ausschuss für die Angelegenheiten der Europäischen Union

Zutaten für 4 Personen

- 160 g durchwachsener Speck (oder Pancetta (ital. Bauchspeck))
- 2 Ei Öl
- 160 g Pecorino (ersatzweise Parmesan)
- 400 ml Schlagsahne
- 4 Eier
- Salz, Pfeffer, Muskat
- 400 g Spaghetti
- Petersilie

1. Speck fein würfeln, in einer Pfanne im Öl knusprig auslassen. Dann in der Pfanne warmhalten.
2. Käse fein reiben. Die Hälfte vom Käse mit Sahne, Eiern, Salz, Pfeffer und Muskat verquirlen.
3. Nudeln nach Packungsanleitung in reichlich kochendem Salzwasser al dente kochen.
4. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Speck in der Pfanne erhitzen.
5. Nudeln abgießen und tropfnass mit der Ei-Sahne-Mischung in die Speckpfanne geben. Bei ganz milder Hitze erwärmen, bis die Ei-Sahne leicht cremig wird

(sie darf nicht zu heiß werden, sonst gerinnt sie).

Sofort vom Herd nehmen. Petersilie unterheben. In Tellern anrichten, mit Pfeffer und dem restlichen Käse sofort servieren.



"Wir brauchen ein starkes, geeintes Europa. Die wichtigsten Zutaten dafür sind Freiheit, Demokratie Rechtsstaatlichkeit und gesellschaftlicher Wohlstand. Europa muss sich geschlossen gegen die extremistischen und populistischen Kräfte, die sich auf dem Vormarsch wähen, stellen. Die Bürgerinnen und Bürger sollten immer im Mittelpunkt einer effizienten EU stehen, die ihre Freiheit und ihren Wohlstand schützt. Gemeinsam müssen wir uns als Europäerinnen und Europäer den großen Aufgaben unserer Zeit stellen, sei es den Kampf gegen den Klimawandel, die Stärkung der Wirtschaft und Bedrohungen von innen und von außen. Ich bin mir sicher, dass auf diese Weise Europa gelingt."



Flammkuchen nach Elsässer Originalrezept

Daniel Caspary, Abgeordneter des Europäischen Parlamentes

Zutaten für 4 Personen

Teig:

- 450 g Mehl
- 5 EL Olivenöl
- 2 Eigelb
- 2 Prisen Salz
- 200 ml lauwarmes Wasser

Belag:

- 200 g Schmand
- 250 g Magerquark
- etwas Salz und Pfeffer
- 1 – 2 Zwiebeln
- 150 g Speckwürfel
- etwas Schnittlauch zum Garnieren

1. Den Flammkuchenteig nach Rezept zubereiten. Nach der Ruhezeit von 30 Minuten Teig halbieren und dünn, oval ausrollen, sodass jeder Teig auf ein Blech passt. Blech mit Backpapier belegen und Teigfladen darauflegen.
2. Für den Belag Schmand mit Quark und Salz und

Pfeffer verrühren. Belag auf die Flammkuchenteige verteilen und glattstreichen. Zwiebeln nach Belieben klein schneiden und mit den Schinkenwürfeln ebenfalls auf den Flammkuchen verteilen. Ofen auf 250 Grad (Umluft: 230 Grad) vorheizen. Flammkuchen im vorgeheizten Ofen ca. 10 Min. backen, bis er braun wird oder Blasen wirft. Kurz vor dem Servieren noch etwas, in Röllchen geschnittenen, Schnittlauch auf den Flammkuchen streuen.



"Die Europäische Union gelingt, weil sie ein einzigartiges Modell der Zusammenarbeit und Solidarität ist. Durch gemeinsame Entscheidungsfindung und wirtschaftliche Integration stärken wir unsere Nationen und schaffen Frieden und Wohlstand für alle Bürgerinnen und Bürger. Unsere gemeinsamen Werte und das Streben nach einer besseren Zukunft vereinen uns und machen uns stark gegenüber den Herausforderungen der globalen Welt."



Gefüllte Alb-Champignons

Andreas Glück, Abgeordneter des Europäischen Parlamentes

Zutaten für 4 Personen

Teig:

- 16 mittelgroße Champignons
- 2 Becher Schmand
- 2 rote Zwiebeln
- reichlich frischer Schnittlauch
- 100 g Speckwürfel
- 100 g Emmentaler
- 2 Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- eventuell ein wenig Weißwein
- etwas Butter

Alb-Champignons waschen und anschließend den Strunk auslösen. Getrocknete Anteile abschneiden. Den Speck, die geschnittenen Stiele, eine gehackte Knoblauchzehe und die fein geschnittene Zwiebel bei niedriger Hitze in Butter schmelzen. Alles in eine Schüssel geben. Petersilie hacken und hinzugeben. Danach den Schmand und den Käse untermischen und abschließend mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Wer möchte, kann jetzt einen kleinen

Schluck Weißwein dazugeben.

Champignons füllen und bei circa 200 Grad in den Backofen - oder -noch besser- auf den Grill. Vegetarische Anmerkung: Wer möchte kann den Speck durch Pinienkerne ersetzen. Viel Spaß beim Kochen

„Hier ein Rezept aus meiner Heimat, der Schwäbischen Alb, welches ich oft zubereite. Gefüllte Alb-Champignons können sich auch im europäischen Vergleich sehen lassen!“



Europa der Regionen - Europa ist nur so stark wie seine Regionen.
Wir können die Freiheiten, die uns die EU bringt, nutzen und uns gleichzeitig mit unserer Region identifizieren.
Als glühender Europäer und überzeugter Baden-Württemberger bin ich begeistert von unserer regionalen Küche.



Foto: Adobe Firefly

Gratinierter Chicorée / Chicon au gratin

Anna Deparnay-Grunenberg, Abgeordnete des Europäischen Parlamentes

Zutaten für 4 Personen

Teig:

- 4 Chicorée
- 60 g Butter (oder Margarine)
- 4 EL Mehl
- 600 ml Milch (ggf. Soja- oder Hafer)
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 200 g geriebenen Käse deiner Wahl (z. B. Gouda, Mozzarella, Emmentaler oder Bergkäse - auch vegane Käse oder Hefeflocken möglich)
- [Für Variante mit Kochschinken: 4 Scheiben Bio-Kochschinken- möglichst regional!]
- etwas Öl oder Butter zum Fetten der Auflaufform

1. Chicorée waschen, längs halbieren, inneren Strunk entfernen
2. Salzwasser aufsetzen & Chicorée fünf Minuten blanchieren
3. Béchamel zubereiten:
Butter in kleinem Topf schmelzen. Mehl einrühren. Milch hinzufügen & mit Schneebesen konstant rühren. Kurz köcheln lassen, bis die Soße leicht eindickt - lieber dennoch "zu flüssig" als zu fest werden lassen.

4. Auflaufform fetten
5. Chicorée hineinlegen [Hier - wer mag - die Chicorée in eine Scheibe Bio-Kochschinken einwickeln, ich mag es lieber vegetarisch!]
6. Béchamel darüber gießen
7. großzügig mit Käse bestreuen
8. ca. 20 Minuten bei 180 Grad backen bis es goldbraun wird.

„Schmeckt nach meiner Kindheit in Zentralfrankreich
"Als Deutsch-Französin wechlele ich ständig zwischen den beiden "cuisine" und den beiden Sprachen.
Aber Achtung: Hier handelt es sich um doppelte „falsche Freunde"! Chicorée wird im französischen mit "Endive" übersetzt - Was wir in Deutschland nur vom „Endiviansalat“ kennen, die wiederum auf Französisch „la chicorée“ heißt! Also genau umgekehrt! Und noch verwirrender: in der Wallonie (französischer Teil Belgiens) heißt "Endive" plötzlich "Chicon".
Bon appétit!“

Rezept für Europa

"Uns allen ist klar: die vielen Krisen unserer Zeit erfordern gemeinsame europäische Antworten. Die Lösungen müssen jedoch alltagsnah und praktikabel sein, so wie die europäische Notrufnummer 112 oder die grenzüberschreitende Zusammenarbeit in Krisenfällen, von Überschwemmungen bis hin zu Waldbränden in Europa. Jeder einzelne Einsatz ist ein wertvoller Beitrag für die europäische Zusammenarbeit, sozusagen eine Zutat für den gemeinsamen europäischen Kuchen.

Am 9. Juni wird es bei der Europawahl darum gehen, die europäische Zusammenarbeit weiter zu stärken - unsere Rechte, Freiheiten zu schützen. Jede Stimme zählt. Lasst uns gemeinsam zeigen, dass Europa mehr kann, dass wir gemeinsam mehr können und wir alle Teil eines großen Ganzen sind. Europa ist in Vielfalt vereint und diese Vielfalt sind wir! Danke für euren tatkräftigen Einsatz - auch über die Grenzen hinweg!



Foto: Adobe Firefly

Original schwäbische Linsen mit Spätzle

Sarah (17), Trochtelfingen und Norbert Lins, Abgeordneter Europaparlament

Zutaten für 4 Personen

- 250g Linsen
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1 kleine Stange Lauch
- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 Lorbeerblätter
- 100g Speck
- 1 EL (neutrales) Öl
- 1,2 l Gemüsebrühe
- 3 EL Kräuter-/Apfelessig
- Salz
- Pfeffer
- 250g Spätzle
- 4 Saitenwürstle/ Wiener
- Petersilie

Zwiebeln und Karotten schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Lauch der Länge nach halbieren, gründlich waschen. Die Lauchhälften dann noch einmal längs halbieren und quer in Streifen schneiden. Sellerie ebenfalls waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Speck würfeln und mit Öl in einem Topf anbraten. Gemüse dazugeben, kurz dünsten und mit Brühe aufgießen. Linsen in die Brühe geben und mit den Lorbeerblättern und nach Packungsanweisung weichkochen.

Fertige Linsen mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Belieben Saitenwürstle oder Wiener dazugeben und erhitzen. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und gehackt zu den Linsen dazugeben. Die Spätzle nach Packungsanweisung zubereiten. Linsen, Spätzle und Würstle anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

Norbert Lins, Abgeordneter Europaparlament:

„Liebe Mitglieder der Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg, stellt euch vor, schwäbische Linsen mit Spätzle und Saitenwürstchen sind nicht nur ein leckeres Essen aus unserer Heimat, sondern auch ein super Beispiel

dafür, was Europa ausmacht.

Dieses Gericht ist in meiner Familie schon lange beliebt. Es kommt aus der schwäbischen Küche, die zeigt, wie man mit ein paar einfachen Zutaten richtig gutes Essen macht.

Genauso, wie die Landwirtschaft und das Leben auf dem Land für uns alle wichtig sind, erzählt dieses Gericht eine Geschichte von Tradition und Zusammenhalt.“



Bezogen auf Europa heißt das für mich, dass wir alle zusammenkommen, so wie bei einem großen Essen, und die unterschiedlichen Kulturen feiern, die Europa so besonders machen.

Europa sollte wie ein großes Buffet sein, bei dem jeder etwas Einzigartiges beiträgt, und wir alle die Chance haben, etwas Neues zu probieren. Dabei ist es wichtig, dass wir nicht vergessen, wo unsere Lebensmittel herkommen – gerade im Bezug auf die für alle so wichtige Landwirtschaft.

Was ich mir für Europa wünsche? Dass wir die Landwirtschaft und die kleinen Gemeinden unterstützen. Die Politik in Europa sollte nicht nur die großen Betriebe im Blick haben, sondern auch den kleinen Leuten auf dem Land zeigen, dass sie eine wichtige Rolle spielen. Wir brauchen eine Landwirtschaft, die sowohl auf unsere Umwelt achtet als auch darauf, dass in der Zukunft noch alle gut leben können.

Mein Beitrag für Europa wäre, mehr Verbindung zwischen den Menschen in der Stadt und denen auf dem Land zu schaffen. Wir sollten alle verstehen, wo unser Essen herkommt und wie wichtig es ist, die Umwelt zu schützen und gleichzeitig für faire Bedingungen zu sorgen. So wie jedes Zutat in einem Rezept wichtig ist, sollte auch in Europa jeder seinen Teil beitragen können. Damit am Ende für uns alle etwas Gutes dabei herauskommt – wie bei einem perfekten Essen, das uns zusammenbringt.



Pasta mit Lachs-Linsen-Soße

Wolfgang Schneiderhan, General a.D., Präsident des Volksbundes Deutsche Kriegsgräberfürsorge e. V.

Zutaten für 4 Personen

- 1 Zwiebel
- 2 Essl. Butter
- 75 g Pardina-Linsen
- 1/2l Gemüsebrühe (Instant)
- 150 g Räucherlachs
- 400 g Farfalle-Nudeln
- 1 Becher Sahne
- Saft 1/2 Zitrone
- Salz, Pfeffer, geriebene Muskatnuss

Zwiebel fein würfeln. Eine Hälfte davon in 1 EL Fett anschwitzen. Linsen dazugeben, kurz mit anrösten und dann mit der Gemüsebrühe aufgießen. Bei kleiner Hitze ca 20min köcheln.

Lachs in Streifen schneiden.

Nudeln in reichlich Salzwasser kochen.

Übrige Zwiebelwürfel im restlichen Fett anschwitzen. Sahne zugeben und ca. 10min leicht köcheln lassen. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken, die gekochten Linsen mit etwas Brühe dazugeben.

Die Nudeln abgießen, die Linsen-Sahne-Soße darüber verteilen und mit den Lachsstreifen anrichten.

„Es wurde einfach mal ausprobiert und entwickelte sich dann zum Lieblingsrezept.“



Zuversichtlicher Zusammenhalt, mutig für den Frieden eintreten Frieden eintreten.



Geschmorte Schweinebäckchen

Philip (62), Roeselare, Belgien

Zutaten für 4 Personen

- 12 Schweinebäckchen, geputzt
- 4 EL gute Butter
- 4 EL Olivenöl
- 1 große Zwiebel(n)
- 2 große Karotte(n)
- 1 Stück(e) Knollensellerie
- 1 Kleine Lauchstange(n)
- 40 g Tomatenmark
- 500 ml Rotwein oder dunkles Bier, zum Beispiel Rodenbach aus Roeselare
- 250 ml Brühe
- 4 Knoblauchzehe(n)
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Zweig/e Thymian
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Schweinebacken in der guten Butter anbraten, bis sie schön goldbraun sind. Die Schweinebacken herausnehmen und warm halten
Zwiebel, Karotte und Knollensellerie in ca. 1 cm große Würfel schneiden und in derselben Pfanne anbraten

und etwas Öl hinzufügen. Den Lauch dazugeben, in ca. 1 cm dicke Ringe schneiden und ca. 2 Minuten anbraten. Anschließend das Tomatenpüree dazugeben und alles bei schwacher Hitze einige Minuten anbraten. Den Rotwein oder das Bier zweimal dazugeben und jedes Mal etwas reduzieren lassen.

Brühe, Knoblauchzehen, Lorbeerblatt und Thymianzweige hinzufügen und zum Kochen bringen. Anschließend die Schweinebacken dazugeben und bei schwacher Hitze bei geschlossenem Deckel ca. 1 – 2 Stunden weich köcheln lassen.

Die Schweinebacken herausnehmen und warmhalten. Die Soße durch ein feines Sieb gießen, auf die gewünschte Konsistenz einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Sehr gut passen Kartoffelpüree, Selleriepüree oder belgische Pommes dazu.

In einem mehrgängigen Menü reichen 2 Bäckchen pro Person. Das Gericht ist gerade für Menüs mit mehreren Gängen ideal, da es Zeit für andere Arbeiten lässt.

„Es ist ein altes Rezept, von meinen Großeltern, früher durfte nichts vom Schwein verschwendet werden“



Coq au Vin

Dr. Roland Mack, Europapark

Zutaten für 4 Personen

- 1 Hähnchen mit etwa 1,5 kg Gewicht
- 500 g Möhren
- 500 g Steinchampignons
- 150 g Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Thymianzweige (4 zum Kochen, 2 für die Garnitur)
- 2 EL Olivenöl
- 0,5 l trockener Rotwein
- 300 ml kräftige Hühnerbrühe
- 1 -2 EL Speisestärke (Soßenbinder)
- Salz, Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 400 g breite Nudeln

Das Hähnchen innen und außen kalt abwaschen, trocken tupfen und in acht Teile zerlegen (zwei Flügel, zwei Oberkeulen, zwei Unterkeulen und zwei Brustfilets).

Möhren schälen, der Länge nach je nach Dicke vierteln oder halbieren und dann in Stücke von etwa fünf Zentimetern Länge schneiden.

Die Pilze säubern und – je nach Größe – halbieren oder vierteln. Schalotten und Knoblauch schälen und vierteln.

In einem Schmortopf Öl erhitzen und die Hähnchenteile rundherum goldbraun anbraten. Herausnehmen und beiseitestellen. Schalotten, Knoblauch, Möhren und Pilze in dem Bratfett anbraten, bis die Schalotten und der Knoblauch eine goldgelbe Farbe angenommen hat.

Wein und Hühnerbrühe in den Topf gießen, die Hähnchenteile und die Thymianzweige hineinlegen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 45 Minuten schmoren.

Fleisch herausnehmen. Soße durch ein Sieb gießen, aufkochen und mit Speisestärke leicht andicken. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Gemüse und Fleisch zurück in die Soße geben, noch einmal aufkochen und mit Thymianzweige garnieren.

Mit breiten Nudeln servieren.

„Als eines meiner Lieblingsgerichte habe ich „Coq au Vin“ ausgewählt, das bei uns im Europa-Park im Bistro Tomi Ungerer serviert wird. Das Rezept stammt aus dem Europa-Park-Kochbuch „Kulinarische Achterbahnfahrt“.“



„Meine Familie und ich sind Europäer aus Überzeugung. Unser Herzensprojekt, das Europa-Park Erlebnis-Resort, ist nicht nur ein Ort des Vergnügens für Jung und Alt, sondern auch ein Ort, der Menschen aus ganz Europa zusammenbringt und ihnen die Vielfalt und Schönheit unserer Gemeinschaft aufzeigt.

Ein gelebtes und geeintes Europa bietet Unternehmern dabei nicht nur wirtschaftliche Vorteile, sondern auch eine stabile und friedliche Zukunft für kommende Generationen. Durch den Austausch von Kulturen,

Ideen und Innovationen können wir die Herausforderungen unserer Zeit angehen und gemeinsam Lösungen finden. Es gibt keine Alternative zu einem starken Europa.

Es freut mich besonders, dass sich die Jugendfeuerwehren im Land Baden-Württemberg mit so zahlreichen Projekten für ein gelebtes Europa engagieren.

Im Europa-Park Erlebnis-Resort funktioniert das bereits wunderbar.“



Foto: Adobe Firefly

Gaisburger Marsch

JF Satteldorf Version

Zutaten für 4 Personen

- 500g Rinderfilet
- 1 Pack Suppengemüse (Karotten, Knollensellerie, Lauch, Petersilie)
- Lorbeerblätter
- Rotwein
- 2 kleine Zwiebeln
- Pfefferkörner
- Salz
- Muskat
- 700g Kartoffeln festkochend

Spätzle:

- 400g Mehl
- 4 Eier
- 160ml Sprudel

Zubereitung

Das Rinderfilet in einem Topf scharf anbraten. Zwiebeln halbiert hinzugeben. Mit Rotwein ablöschen und Wasser hinzugeben, bis das Fleisch bedeckt ist. Lorbeerblätter und Pfefferkörner hinzugeben. Eine Stunde köcheln lassen. Fleisch herausnehmen

und würfeln. Kartoffel, Sellerie, Lauch und Karotten schälen und würfeln. In einem neuen Topf Wasser ansetzen. Kartoffeln, Karotten und Sellerie hinzugeben. Köcheln lassen, ca. 20 min, bis Kartoffeln fertig sind. Das gewürfelte Fleisch und Spätzle hinzugeben. Die gesiebte Fleischbrühe sowie Salz, Pfeffer und Muskat nach Geschmack hinzufügen. Noch einmal aufkochen lassen. Vor dem Anrichten geschnittene Petersilie drüberstreuen.

Dazu passt Baguette.

Spätzle: Mehl mit Eiern mit Kochlöffel mischen. Eine Prise Salz dazugeben. Sprudel langsam hinzulehren, dabei mit dem Kochlöffel die Masse schlagen. Sobald die Masse Blasen schlägt, ist die Masse fertig. Wasser zum Kochen bringen. Masse durch ein Spätzlessieb drücken beim zweiten Aufkochen herausnehmen und durchschwenken.

„Dies ist unser traditionelles Weihnachtessen. Dies kochen wir immer gemeinsam da jeder etwas machen kann. Auch fürs Zeltlager ist das Gericht Gut geeignet.“



Französische Miesmuscheln

Oliver (48), Remseck am Neckar

Zutaten für 4 Personen

- 2 Kg Miesmuscheln
- 4 Zwiebeln (oder auch mehr)
- 1/2 Päckchen Butter (125 Gramm)
- 1/2 Flasche Weißwein
- Salz und Pfeffer zum würzen
- Optional nach Geschmack zusätzlich Knoblauch, Chili, Petersilie
- Weißbrot (Baguette) zum tunken

Zubereitung

Muscheln wässern und waschen.

Zwiebeln in ganze Ringe schneiden. Butter in großem Topf zerlassen. Zwiebeln kurz andünsten. Die restlichen Zutaten in den Topf und zugedeckt 15 Minuten garen lassen.

Beim Essen nicht geöffnete Muscheln wegwerfen.

Tipp: Nach dem Essen der ersten Muschel, diese als Zange für alle weiteren Muscheln verwenden.

„Ein ganz einfaches Rezept von unseren französischen Freunden, das auch im Zeltlager oder beim Camping mit einfachen Mitteln zubereitet werden kann.“



Rezept für Europa

Fremde Kulturen sind wie eine Muschel. Man muss die harte Schale knacken, dann kann man eine Perle finden.



Hackmack

Berliner Feuerwehr, Landesbranddirektor Dr. Karsten Homrighausen

Zutaten für 4 Personen

- 2 Fettheringe
- 4 Zwiebel mittelgroß
- 2 saure Gurken
- 1 kg. Schabefleisch (Tatar)
- 1/2 Tube Tomatenmark (scharf)
- 1 hart gekochtes Ei
- 1/2 Apfel
- 4 dazu Schrippen

1. Fettheringe abtropfen lassen und filetieren. Zwiebeln, saure Gurken und Äpfel in kleine Stücke schneiden.
2. Anschließend folgende Zutaten einzeln durch den Fleischwolf drehen: filetierte Fettheringe, klein geschnittene Zwiebeln, Schabefleisch, hart gekochte Eier, klein geschnittene Äpfel sowie klein geschnittene saure Gurken. Achtung! Nachdem die Gurken durch den Fleischwolf gedreht wurden, müssen diese in einem Handtuch abgetropft werden. Das Gurkenwasser wird für das Hackmack nicht verwendet.
3. Alle Zutaten zu einer Masse vermengen. Die entstandene Masse anschließend mit Tomatenmark vermischen. Früher wurde das Hackmack noch mit Rum verfeinert. Dazu werden Schrippen gereicht. Guten Appetit!



Für ein funktionierendes, starkes Europa sind einige gesellschaftliche Zutaten von besonderer Bedeutung:

1 großes Paket gemeinsame Werte

Es ist entscheidend, dass wir uns auf unsere gemeinsamen Werte wie Demokratie, Menschenrechte und vor allem auf Kameradschaft, Respekt, Verantwortung und Toleranz konzentrieren. Indem wir diese Werte vorleben, respektieren und fördern, können wir eine starke Grundlage für ein harmonisches Zusammenleben schaffen.

1 Korb voll nachhaltige Entwicklung

Es ist wichtig, dass wir uns für eine nachhaltige Entwicklung einsetzen. Der Schutz unserer Umwelt und die Förderung zeitgemäßer Lebensbedingungen sind entscheidend, um die Zukunft Europas und der Welt zu sichern.

1 ordentliche Portion Zusammenarbeit

Analog zur weltweiten Feuerwehrfamilie ist der Dialog und die Zusammenarbeit der Menschen auf dieser Erde zu fördern. Durch den Austausch von Ideen, Erfahrungen und Best Practices können wir voneinander lernen und gemeinsam Lösungen für nahezu alle Herausforderungen finden.

1 große Prise Soziale Gerechtigkeit

Indem wir sicherstellen, dass jeder die gleichen Möglichkeiten hat, Bildung zu erhalten, Arbeit zu finden und am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen, können wir eine gerechtere Gesellschaft schaffen. Lassen Sie uns gemeinsam für eine offene und inklusive Gesellschaft eintreten, in der Vielfalt geschätzt und gefeiert wird. Indem wir Vorurteile abbauen und Diskriminierung bekämpfen, können wir eine Gesellschaft schaffen, in der jeder willkommen ist und sich zugehörig fühlt.

Diese gesellschaftlichen Zutaten sind keine Garantie für das Gelingen von Europa und in der Welt, aber sie können uns auf dem Weg zu einer besseren Zukunft unterstützen. Es erfordert die Zusammenarbeit und den Einsatz aller, um möglichst in Frieden und Freiheit

Königsberger Klopse

Berliner Feuerwehr, Landesbranddirektor Dr. Karsten Homrighausen

Zutaten für 6 Personen

- 4 kg Kartoffeln (vorwiegend festkochende Sorte)
- 1,5 kg Gehacktes (halb und halb)
- 2 rote Zwiebeln
- Frische Kräuter (Schnittlauch, Petersilie)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 alte Brötchen (in Wasser oder Milch aufgeweicht)
- 2 Eier
- 1 EL Senf
- 1 Glas Kapern
- 2 l Gemüsebrühe
- 2 EL Butter
- 4 EL Mehl
- 1 Becher Schmand
- 2 EL Milch
- Salz, Pfeffer sowie weitere Gewürze nach Belieben

1. Das Gehackte in eine Schüssel geben, die Zwiebeln und den Knoblauch fein würfeln und zugeben. Ei, Petersilie, Salz, Pfeffer und Senf zugeben und zu einer glatten Masse verarbeiten. Dann die eingeweichten Brötchen dazugeben und kräftig kneten.
2. Die Brühe in einem ausreichend großen Topf aufkochen, 1/2 TL Salz zugeben, einen kleinen Probeklops formen und in der Brühe garen.
3. Eventuell noch etwas nachwürzen. Die Hackmasse in etwa 5–6 cm große Klopse formen und in der leicht sprudelnden Brühe garen.
4. Wenn die Klopse oben schwimmen, noch etwa fünf Minuten ziehen lassen, abschöpfen und in ein Sieb geben.

5. Die Butter leicht braun werden lassen, das Mehl unterrühren und von der Kochstelle nehmen. Ca. 3/4l Brühe unterrühren, schnell mit dem Schneebesen eingeben. Wenn die Soße eine cremige Konsistenz erreicht hat, ist genug Brühe darin. Nun den Schmand zugeben und das Eigelb (mit einem EL Milch verrührt) schnell einrühren, die Kapern zugeben, nochmals abschmecken und fertig.

6. Kartoffeln schälen, schneiden und in einen Topf mit gesalzenem Wasser geben, zum Kochen bringen. Mit einem Messer testen, ob die Kartoffeln weich genug sind. Wenn sie gar sind, abgießen und in eine Schüssel geben.
Mit Schnittlauch und Petersilie garnieren.
Guten Appetit!

„Die Berliner Feuerwehr möchte sich gerne an Ihrem Projekt „Unser Rezept für Europa“ beteiligen. Wir haben Ihnen hierfür zwei sehr typische Berliner Gerichte herausgesucht, die auch auf den Feuerwachen der Stadt immer wieder gern zubereitet werden. Zum einen „Hackmack“, ein Rezept welches besonders in den Reihen der Berliner Feuerwehrleute bei Veranstaltungen sehr beliebt ist. Zum anderen „Königsberger Klopse“, ein schnelles leckeres Gericht das allen gelingt.

Hackmack ist eine Wissenschaft für sich, die vermutlich um 1920 in Berlin entstand. Dieses Rezept ist das der Feuerwache Buckow.“





Kässpätzle à la Zeltlager mit Tomatensalat

Andreas (43), Tengen

Zutaten für 4 Personen

- Für die Kässpätzle:
- 500 g Spätzlemehl (Type 480)
- 6 Stck. Eier
- 125 ml Milch
- 1 Prise Salz und Pfeffer
- 1 Prise Muskatnuss
- 350 g Bergkäse (würzig)
- 200 ml Sahne
- 50 g Emmentaler
- 1 Stck. Zwiebel (groß)
- Für den Tomatensalat:
- 800 g Tomaten
- 1 rote oder weiße Zwiebel oder 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Bund Schnittlauch
- 2 EL milder Essig (z.B. Balsamico bianco, Apfelessig oder auch heller Reisessig)
- 1/2 TL Zucker
- 4 EL Olivenöl oder gutes Rapsöl
- Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Kässpätzle:

Für den Teig das Mehl mit den Gewürzen würzen, Eier und Milch dazugeben, mit einem Kochlöffel vermischen (muss nicht wirklich glatt sein).

Teig durch das Spätzlesieb in kochendes Salzwasser durchlassen. Einmal aufkochen (im sehr großen Topf) und mit einem Lochsieb abschöpfen und in eine Schüssel geben (dabei ist es gut, wenn ein wenig "Spätzlewasser" mitgeschöpft wird). Die Sahne erwärmen und mit Salz Pfeffer Muskatnuss kräftig würzen. Gewürzte Sahne und geriebenen Käse dazugeben und mit dem Kochlöffel durchmischen, bis "Fäden" gezogen werden. Der Käse muss sich schön um die Spätzle wickeln und zu trocken darf es auch nicht sein bei Bedarf bisschen mehr Sahne dazu.

Mit den in Butter goldbraun gebratenen Zwiebeln

garnieren (dabei soll etwas von der heißen Butter mit in die Schüssel)

Für den Tomatensalat:

Die Tomaten waschen, den Stielansatz wie einen spitzen Keil aus jeder Tomate herausschneiden. Die Tomaten in Scheiben oder in Achtel schneiden. Die rote oder weiße Zwiebel schälen, vierteln und in feine Streifen schneiden. Oder die Frühlingszwiebeln waschen, die Wurzelbüschel und die welken dunkelgrünen Stellen abschneiden, den Rest der Zwiebeln in ganz feine Ringe schneiden. Den Schnittlauch abbrausen, trockenschütteln und in feine Röllchen schneiden.

Für die Salatsauce den Essig mit Salz, Pfeffer und dem Zucker (der tut der Säure in den Tomaten gut) gründlich verrühren. Öl dazu und jetzt mit der Gabel oder einem kleinen Schneebesen so lange kräftig durchschlagen, bis die Sauce schön cremig ist. Das geht aber ziemlich flott.

Tomaten, Zwiebeln und Schnittlauch mit der Salatsauce mischen, probieren und nachwürzen, wenn es nötig ist. Und den Salat nicht lange stehen lassen, weil er dann nur Wasser zieht und nicht mehr so gut schmeckt.

„Das Rezept ist ein Klassiker an unserem Zeltlager und ist fester Bestandteil im Speiseplan.

Selbst während der Zeit ohne Zeltlager haben wir den Jugendlichen eine Lagerzeitung mit Spielen, Liedern und eben Kochrezepten erarbeitet damit diese daheim nachkochen konnten. Selbst ein Online-Livekochen war Bestandteil unseres Zeltlagers@home.“



Foto: Adobe Firefly

Liechtensteiner „Rebl“ Riebel

Peter Ospelt, Landesfeuerwehrkommandant, Vaduz, Liechtenstein

Zutaten für 4 Personen

- ca. 600 g Maismehl
- 1 l Milch-Wasser
- 1 TL Salz
- 1-2 EL Butter und Pflanzenfett

Zubereitung

In eine tiefe Bratpfanne oder eine Gusspfanne gibt man 1/3 Wasser, 2/3 Milch, eine Prise Salz, etwas Butter oder Pflanzenfett, lässt alles aufkochen und schüttet dann das bereitgestellte Maismehl hinein, rührt alles um und lässt die Mischung zugedeckt ca. ¼ Stunde neben dem Herd ziehen.

Nun mit genügend Butter den Ribbel in derselben Pfanne ganz fein rösten, bis er schön krümelig ist. Man kann auch halb Türkemehl halb Weizengrieß verwenden.

Ribbel isst man zu Milchkaffee, Apfelmus, gekochten Kirschen, Holundermus, Apfelschnitze, alle Arten von Kompott oder saurem Käse.

„Ein geschichtlicher Hinweis: Früher - bis etwa 1970 – war der Ribbel vor allem eine Mahlzeit für die armen Leute und bäuerlichen Familien. Gegessen wurde Ribbel mindestens einmal zum Frühstück, in wirtschaftlich schwierigen Zeiten kam dieses Gericht bis zu dreimal im Tag auf den Tisch. Heute ist Ribbel eine willkommene Abwechslung zu den umfangreichen und internationalen Mahlzeiten. In einzelnen Restaurants im Fürstentum Liechtenstein ist Ribbel noch heute auf der Menükarte zu finden.“



Foto: Adobe Firefly

Vorarlberger Riebel

Andreas (53), Satteins, Österreich

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Vorarlberger Riebelmais (Riebelgrieß)
- 600 ml Milch (oder Milch-Wasser-Gemisch z.B. im Verhältnis 2:1)
- 1/2 EL Butter
- 1 TL Salz
- 1 EL Butterschmalz zum Braten

Zubereitung

In die kochende Milch Salz und Butter geben, den gemahlten Mais einrühren, zudecken und am Herd-rand einige Stunden quellen lassen.

Dann mit Butterschmalz langsam knusprig braten, dabei immer wieder „riebeln“ (mit dem Holzkochlöffel die Masse in kleine Stücke zerteilen).

„Riebel wird in Vorarlberg gerne zum Frühstück oder abends gegessen; heute ist es eine Spezialität, früher machte es die körperlich arbeitend Bevölkerung satt aus Zutaten die aus eigener Produktion kamen.“



Super Idee!



Foto: pixabay.com - Hans

Liechtensteiner Käseknöpfle

Peter Ospelt, Landesfeuerwehrkommandant, Vaduz, Liechtenstein

Zutaten für 4 Personen

- 600g Mehl
- 8 Eier
- 1dl frisches Wasser
- 500 g Käse (Appenzeller oder Sauerkäse)
- 4 große Zwiebel
- 1 Prise Pfeffer, Salz und Muskat

Zubereitung

Zutaten in eine Schüssel geben und einen Teig herstellen.

Ca. 10-20 Minuten ruhen lassen. Dann wird der Teig durch den Knöpflehobel ins kochende Salzwasser (2 gehäufte TL Salz) getrieben.

Die Knöpfle gut aufwallen lassen, zusammen mit Appenzeller- (gerieben) und Sauerkäse (gerieben) in eine Schüssel geben und gut mischen.

Zwiebelringe in Butter goldgelb rösten und auf das Gericht geben und servieren.

Dazu reicht man Blattsalat, Kartoffelsalat oder Apfelmus.

Tipp: Sollten die Käsknöpfle zu trocken sein, etwas Brühwasser dazugeben, bevor sie mit dem Käse vermischt werden.



Foto: pixabay.com - Hans

Vorarlberger Käsknöpfle

Andreas (53), Satteins, Österreich

Zutaten für 4 Personen

- 270 g Weizenmehl (am besten Vorarlberger Spätzlemehl)
- 2 Eier
- ¼ l warmes Wasser
- 170 g Käse (eine Mischung aus würzigem Bergkäse, Mischling, Rässkäse)
- 3 große Zwiebeln
- Etwas Butterschmalz

Zubereitung

1. Zwiebeln in hauchdünne Ringe schneiden und in reichlich Butterschmalz langsam karamellisieren lassen.
 2. Unterdessen aus Mehl, Eiern und dem warmen Wasser einen Teig so lange rühren, bis er Blasen schlägt. Achtung: Der Teig muss luftig, darf aber nicht zu feucht sein, sonst werden die Knöpfle zu groß! Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen, mit Hilfe des Knöpflehobels kleine Teigklößchen ins siedende Wasser gleiten lassen. Ziehen lassen bis sie an die Oberfläche steigen und nicht mehr nach Mehl schmecken.

3. Mit einer löchrigen Schöpfkelle eine Schicht Knöpfle in eine vorgewärmte, möglichst dickwandige Schüssel geben, etwas Käsemischung darauf streuen, dann wieder Knöpfle, usw., bis alle Knöpfle und der gesamte Käse in der Schüssel sind. Etwas vom Kochwasser über die Knöpfle träufeln und an einem warmen Ort (warmer Backofen) drei bis fünf Minuten durchziehen lassen.

4. Die bräunlichen, mittlerweile karamellisierten Zwiebeln darauf verteilen und servieren. Üblicherweise wird dazu Kartoffel- sowie grüner Salat gereicht.

„In Vorarlberg (Österreich) ein traditionelles Gericht, welches in frühen Jahren die Familien satt gemacht hat mit Zutaten die meist aus eigener Produktion kamen.“

Rezept für Europa

Ausgezeichnete Idee und hoffentlich mit diesem Beitrag etwas ‚international‘



Schnitzel mit Champignonsoße

Lukas (15), Seckach

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Champignons, frische
- 30 g Speck, durchwachsener, klein geschnittener
- 1 Zwiebel(n), klein gehackte
- 125 ml Gemüsebrühe
- 125 ml süße Sahne
- ½ TL Thymian, getrockneter
- 1 Bund Petersilie
- n. B. Milch
- ½ TL Salz
- Pfeffer
- 4 Schweineschnitzel
- Mehl
- 1 Eigelb
- Semmelbrösel
- Butterschmalz

Zubereitung

Schnitzel waschen, gut trocken tupfen und dünn klopfen. Mit Salz und Pfeffer großzügig würzen. Dann in Mehl, geschlagenem Eigelb und Paniermehl wenden und in einer Pfanne von beiden Seiten im Butterschmalz goldgelb braten. Schnitzel aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

Die in großzügige Scheiben geschnittenen Champignons unter Rühren in der Pfanne so lange scharf anbraten, bis sie etwas Wasser lassen (meist nach etwa zwei Minuten). Dann sofort aus der Pfanne rausnehmen.

Eventuell wieder etwas Fett in die Pfanne geben und die klein gehackte Zwiebel und den klein geschnit-

tenen Speck anschwitzen. Wenn die Zwiebeln leicht bräunen, die Champignons wieder zugeben und mit der Brühe und der Sahne auffüllen. Salzen und pfeffern und den getrockneten Thymian zugeben. Die Sauce jetzt unter gelegentlichem Rühren so lange einköcheln, bis die Flüssigkeit deutlich weggekocht ist. Das kann je nach Temperatur bis zu 15 Minuten dauern.

Dann unter Rühren so viel Milch zugeben, bis die Sauce die gewünschte cremige Konsistenz erreicht hat. Die Sauce sollte nicht zu dünn sein und eine rahmige Konsistenz haben. Die Pfanne vom Herd nehmen und drei Viertel der gehackten Petersilie unter die Sauce heben. Eventuell noch mit Salz und Pfeffer nachwürzen.

Die Schnitzel auf die Teller geben und mit der Sauce übergießen. Die verbliebene Petersilie zur Dekoration über die Sauce geben.

Anmerkungen: Kann auch ohne Panade bei den Schnitzeln gemacht werden. Für Muslime Pute oder Kalbfleisch verwenden (ohne Speck). Eine vegetarische Variante wäre eine Selleriescheibe anstelle von Fleisch verwenden. Auch ohne Speck.

„Aus der Wirtschaft von meinem Opa.“



Vielfalt und Gemeinschaft



Italienische Tomatensauce nach Nonna's Rezept

Julian (30), Edingen-Neckarhausen

Zutaten für 4 Personen

- 500g Rindergulasch,
- 300g Rinderhackfleisch
- 2 St. Zwiebeln
- Tomatenmark
- 2 große Dosen (je 400g) stückige Dosentomaten
- 500g passierte Tomaten
- 3 Rinderknochen
- 3 große Knoblauchzehen
- Salz, Pfeffer, Olivenöl

Zubereitung

Zwei Zwiebeln in einem großen Topf anbraten. 300 g Rinderhackfleisch anbraten, danach 500g Rindergulasch hinzufügen. Tomatenmark, 2 große Dosen Stückige Tomaten und eine Tetra-Packung passierte Tomaten hinzufügen. Anschließend 3 Rinderknochen dazugeben

Mit 3 große Knobi, Salz und Pfeffer würzen. Mindestens 1,5 h ziehen lassen. Je nach Konsistenz auch gerne länger. Zum Schluss ein guter Schuss Olivenöl hinzufügen.

Mit Nudeln und Käse servieren.

„Klassisches italienisches Rezept von meiner Großmutter aus Italien. Wurde immer zu Familienfeiern gekocht.“



Mehr Toleranz und Achtsamkeit



Gurkengemüse

Miriam (31), Stuttgart

Zutaten für 4 Personen

- 2 mittelgroße Gurken
- 1 große Zwiebel
- Fett
- 1 EL Mehl
- 1 Tasse Sauerrahm
- etwas Wasser
- Salz

Zubereitung

Gurken schälen und in dünne Scheiben hobeln.

Nun dünstet man eine große, fein zerkleinerte Zwiebel in Fett glasig, zusammen mit den Gurken.

Dann rührt man ein Esslöffel Mehl mit einer Tasse Sauerrahm glatt, verdünnt mit etwas Wasser und gibt dies dann zu den angedünsteten Gurken.

Man würzt leicht mit Salz und lässt die Gurken vollends weichkochen.

Zubereitungszeit 15-20 Minuten.

Dazu passt am besten: Spätzle und Fleischwurst

„Das Rezept hat meine Oma schon immer gekocht. Danach hat es meine Mama übernommen und weitergeführt. Ich habe es mir immer als Gericht gewünscht, wenn ich nach Hause kam aus dem Urlaub, Schüleraustausch, Studienfahrt, Trainingslager... Es war, bzw. ist für mich ein "nach Hause kommen".“



Mein Wunsch: Mehr Beteiligung junger Menschen in allen Belangen zulassen und fördern.



Bigos

Teresa Tiszbierek, Vizepräsidentin des polnischen Feuerwehrverbandes, Zalesie Śląskie - Woiwodschaft Opolskie, Polen

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Sauerkraut
- 500 g frisches Kraut - ein halber kleiner Kopf
- 300 g Speck
- 300 g Wurst
- 300 g Rinderschulter
- 300 g Schweineschulter
- 100 g getrocknete Pflaumen
- 100 g getrocknete Champignons + 500 ml Einweichwasser
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 5 Lorbeerblätter
- 5 Pimentkörner
- 1 Teelöffel getrockneter Liebstöckel
- 1 Teelöffel getrockneter Majoran
- 1 Teelöffel süßes Paprikapulver
- 100 g Tomatenkonzentrat
- Salz nach Geschmack
- Pfeffer nach Belieben
- Öl zum Braten
- wahlweise 1 Glas Rotwein

Zubereitung

1. Weichen Sie die Pilze ca. 12 Stunden vorher (oder über Nacht) in Wasser ein und lassen Sie sie im Wasser stehen, bis Sie den Bigos zubereiten. Nach dieser Zeit schneiden Sie die Pilze in kleine Stücke - Streifen - und gießen das Wasser, in dem sie eingeweicht wurden, in den kochenden Bigos.
2. Schneiden Sie den Speck in Würfel, die Wurst in Scheiben und das Fleisch in Würfel. Das Fleisch kann unterschiedlich sein, Sie können auch Wild oder Schweinefleisch verwenden.
3. Die Zwiebel und den Knoblauch fein hacken.
4. Erhitzen Sie das Öl oder Schmalz in einer Pfanne und braten Sie den Speck an, bis er braun ist. Dann die Wurst hinzufügen und zusammen mit dem Speck anbraten.
5. Am besten braten Sie das Fleisch separat im Schmalz und etwas länger als die Wurst und den Speck an, dann können Sie alles zusammen mischen.

6. Zwiebel und Knoblauch zu Speck, Wurst und Fleisch geben. Brate das Ganze einige Minuten lang an.
 7. Koche zur gleichen Zeit das Sauerkraut zusammen mit dem geschnittenen frischen Kohl in einem Topf. Das Kraut etwa 1 Stunde lang kochen.
 8. Lorbeerblätter, Piment, getrockneten Liebstöckel, getrockneten Majoran und süßen Paprika hinzufügen. Alles gründlich mischen.
 9. Den Kohl, die Gewürze, das Fleisch, die Pilze, die gehackten Pflaumen und das Einweichwasser der Pilze in einen großen Topf geben und alles zusammen unter gelegentlichem Rühren kochen.
- Zum Schluss das Tomatenmark hinzugeben. Gründlich umrühren und das Bigos bei schwacher Hitze etwa 2 Stunden lang köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren. Sie können jetzt auch ein Glas Rotwein hinzufügen. Das Bigos mit Salz und Pfeffer abschmecken.

„Bigos ist ein typisch altpolnisches Gericht, das in ganz Polen sehr beliebt ist. Das Rezept geht auf das 17. Jahrhundert zurück. Umgangssprachlich sagt man, es werde aus Resten (Restesuppe) zubereitet. Trotz seiner vielen Zutaten ist es einfach zuzubereiten. Die Grundlage ist Kohl (Sauerkraut), und frische und verschieden Fleischsorten. Es wird in jedem polnischen Haushalt zubereitet, insbesondere bei Familienfeiern. Bigos schmeckt am besten, wenn es kalt aufbewahrt wird, z.B. im Kühlschrank für etwa 2 Tage, oder es kann eingefroren werden.“



Ich wünsche mir, dass Europa geeint ist und wir uns als unsere sichere Heimat fühlen. Gleichzeitig werden wir uns gegenseitig respektieren: unsere Bräuche, unsere Kultur, wir werden aus der Geschichte lernen, aber gemeinsam werden wir die Zukunft gestalten. Wir werden voneinander lernen und Erfahrungen austauschen. Mit offenen Grenzen werden wir einander kennen lernen und noch mehr zusammenarbeiten. Wir werden unsere Sprachen lernen, die Länder der anderen kennen lernen und sogar typische Rezepte ausprobieren.



Foto: freepik.com - 8photo

Hähnchen mit Gemüsereis

Zutaten für 4 Personen

- 500-600g Hähnchenbrustfilets, in Scheiben (1cm)
 - 1/2 TL Salz
 - 1/2 TL Pfeffer
 - 1/2 TL Paprika edelsüß
 - 1/2 TL Kurkuma
 - 4TL Öl
 - 200g Möhren, in Stücken
 - 200g Zucchini, in Stücken
 - 150g rote Paprika, in Stücken
 - 2 geh. TL Gewürzpaste für Gemüsebrühe, selbstgemacht oder zwei Würfel Gemüsebrühe (für je 0,5 l)
 - 250g Reis, parboiled
 - 1200g Wasser
- Für die Sauce:
- 1/2 Bund Petersilie, abgezupft
 - 170g Zwiebeln, geachtelt
 - 30g Öl
 - 200g Sahne
 - 2TL Senf
 - 1/2 TL Salz
 - 1/4 TL Pfeffer
 - 3/4 TL Paprika edelsüß
 - 20g Speisestärke

Zubereitung

Hähnchen und Gemüsereis:

1. Hähnchen in eine Schüssel geben, Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß, Kurkuma und 3TL Öl zugeben und vermischen.
2. Möhren, Zucchini und Paprika zerkleinern, danach in einem Topf geben.
3. Gewürzpaste und 1TL Öl in einen Topf geben, den Reis kochen und das Gemüse mit dem Hähnchen 24 Minuten garen.
4. das Gemüse mit dem Reis in eine Schüssel füllen und vermischen. Hähnchen ebenfalls umfüllen und alles zusammen warmstelle.

Sauce:

1. Petersilie zerkleinern und in eine Schüssel geben.
2. Zwiebeln und Öl in einem Topf anbraten.
3. 300g heißes Wasser, Sahne, Senf, Salz, Pfeffer, Paprika edelsüß und Speisestärke zugeben und 4 Minuten bei 100 Grad aufkochen und schließlich pürieren. Die Petersilie mit einem Spatel untermischen, Soße abschmecken und umfüllen. Sauce zu Gemüsereis und Hähnchen servieren



Foto: pixabay.com - mygraphix

Gyros mit Pommes und Zaziki

Yannik (22), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 1 ½ kg geschnetzeltes Schweinefleisch
- 2 Zwiebeln
- etwas Salz und Pfeffer
- etwas Gyrosgewürz

Zaziki

- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Salatgurke
- 250g Quark
- 300g Frischkäse
- 15 ml Zitronensaft
- 20 ml Olivenöl
- Prise Meersalz

Zubereitung

1. Die Salatgurke schälen, vierteln und leicht salzen, um das Wasser etwas zu entziehen... Dann alle Zutaten für das Zaziki zusammenmengen und durchziehen lassen.

In einer Bratpfanne das Geschnetzelte Fleisch mit den oben genannten Zutaten im Öl knusprig braten.

2. In einer zweiten Pfanne die Backpommes knusprig braten und anschließend salzen... Auffüllen und Lecker garnieren.

Guten Appetit... Schmeckt besser als aus der Pommesbude, weil Selbstgemacht.



Fire Burger mit Pommes

Jürgen (43), Bruchsal

Zutaten für 4 Personen

- 8 Burgerbrötchen,
- 8 Rinderpaty a' 100g
- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten
- 600g Pommes
- Senf und Ketchup

Zubereitung

1. Rinderpatty braten oder grillen
2. Zwiebel und Tomaten in Scheiben schneiden
3. Burgerbrötchen im Toaster oder auf Grill anrösten
4. Nach Wunsch belegen

„Wir machen die Burger immer im Zeltlager.“



Linsenbolognese

Jugendfeuerwehr Mönchweiler

Zutaten für 4 Personen

- 1 EL Olivenöl
- 2 große Möhren (gewürfelt)
- 2 EL Tomatenmark
- 1 Dose Stückige Tomaten
- 250ml Gemüsebrühe
- 75g Rote Linsen
- Gewürze nach Bedarf
- 500g Nudeln nach Wahl
- 1 Teebeutel Fencheltee

Zubereitung

Die gewürfelten Karotten kurz im heißen Öl andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Mit den Tomatenstücken und der Brühe ablöschen und Gewürze nach Geschmack zugeben. Die roten Linsen einstreuen und den Teebeutel mit Fenchel einhängen. Circa 25 Minuten köcheln lassen.

„Es ist eine sehr gute vegetarische und vegane Alternative der klassischen Bolognese. In unserer Jugendfeuerwehr ist das Gericht sehr beliebt.“

Anmerkung: wenn man Nudeln ohne Ei verwendet ist das Rezept vegan“

**„WIR IN
EUROPA!“**

September 2022
Vortrag Delegiertenversammlung

Hauptredner der Delegiertenversammlung ist Herr Dr. Renke Deckarm, stv. Leiter & Pressesprecher der Europäischen Kommission, Vertretung München. In seinem mit Live-Votings und einem integrierten Wissenstest sehr abwechslungsreich gestalteten Vortrag erreicht und fesselt er die jugendlichen Delegierten, die viel neues Wissen zur Entstehungsgeschichte der EU, ihren Institutionen und Entscheidungsprozessen, sowie den politischen Themenfeldern mit nach Hause nehmen können.

**Weiter auf
Seite 64**



Gulasch ungarische Art

Marcus (52), Backnang

Zutaten für 4 Personen

- ca. 800 g Gulaschfleisch vom Rind oder Kalb (oder auch gemischt) – natürlich geht auch Schweinefleisch
- 1 roter Paprika
- 1 grüner Paprika (ggf. auch noch ein kleiner gelber Spitzpaprika)
- 1 große gelbe Rübe
- 1 große Petersilienwurzel (oder zwei kleine)
- 1-2 Fleischtomaten
- 1-2 Peperoni
- Ca. 700 g Zwiebel (unbedingt die gleiche Menge wie das Fleisch)
- 2-3 Knoblauchzehen
- Ggf. ungarische Gulaschcreme (besser czemege [mild], nicht czipös [scharf])
- Butterschmalz
- Paprikapulver
- Salz / Pfeffer
- Trockener Rotwein
- Ggf. gekörnte Brühe

Zubereitung

Das Fleisch in Würfel schneiden – nicht zu groß. Die Zwiebeln in halbe Ringe schneiden, das Gemüse ebenfalls würfeln.

Die Knoblauchzehen mit dem Messer andrücken und grob zerkleinern. Die Peperoni lediglich waschen. Die Fleischtomaten kurz in heißem Wasser blanchieren und dann schälen, danach in halbe Scheiben schneiden.

Relativ viel Butterschmalz in einen Topf erwärmen, die halben Zwiebelringe und gleich ordentlich Paprikapulver zugeben. Das Ganze dünsten – dabei die Temperatur nicht zu hoch wählen (es soll nicht rösten).

Mit Rotwein ablöschen und einkochen lassen – ggf. kurz vorher einen guten Spritzer Gulaschcreme zugeben. (Achtung schmeckt sehr intensiv).

Wenn der Rotwein weitgehend eingekocht ist, den Topf mit Wasser aufgießen (er darf ruhig zu 2/3 voll sein) und kurz aufkochen.

Die Temperatur reduzieren und das Fleisch hinzugeben. Nochmal kurz aufkochen lassen und die Hitze wieder reduzieren. Das Ganze mindestens zwei Stun-

den köcheln lassen – gelegentlich umrühren. Dann abschalten und abkühlen lassen.

Am nächsten Tag langsam aufwärmen und aufkochen. Danach Hitze reduzieren und 1 – 1,5 Stunden köcheln lassen. Man kann nun je nach Geschmack, schon mal grob abschmecken.

Das Gulasch wieder abkühlen lassen.

Am Abend wieder aufkochen lassen und danach wieder eine Weile bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Danach wieder abkühlen lassen.

Vor dem Verzehr noch einmal langsam erwärmen und ggf. nach Geschmack noch einmal abschmecken.

Als Beilage eignen sich schwäbische selbstgemachte Spätzle oder ungarische Nokedli (im Prinzip kurze Spätzle).

Auch ein beliebiger Blattsalat passt gut dazu. Stilecht wird es mit einem süß angemachten Krautsalat als Vorspeise.

„Wir haben das Kesselgulasch unzählige Male bei unseren zahlreichen Besuchen in unserer ungarischen Partnerstadt bei Freunden genießen dürfen.“

Lasagne

Jan (13), Weil am Rhein

Zutaten für 4 Personen

Nudeln:

- 400g Mehl
- 4 Eier
- Öl

Béchamelsoße:

- 500ml Milch
- 100ml Sahne
- 2EL Mehl
- Salz, Pfeffer und Muskat

Rote Sauce:

- eine Zwiebel
- 300g Hackfleisch
- Tomatenmark
- ein Wein,
- Zucker, Basilikum, Knoblauch, Salz und Pfeffer
- Geriebener Mozzarella

Zubereitung

Lasagne-Teig:

Für den Teig mischen wir alles in einer Schüssel zusammen und verkneten alles.

Nachdem die Mischung zu einem Teig geworden ist, lässt man ihn für eine Stunde ruhen.

Dann schneidet man den Teig in vier Teile, dann rollt man ihn dünn aus und schneidet dann die Stücke, so dass sie in die Auflaufform hineinpassen.

Anmerkung: den Nudelteig am besten mit einer Nudelmaschine (Handkurbel) ausrollen. Man kann auch auf fertige Lasagneplatten zurückgreifen.

Rote Sauce:

Wir schneiden eine Zwiebel klein und braten sie 1-2 min in etwas Öl an. Dann geben wir das Fleisch dazu und braten es ebenfalls an, bis es die gewünschte Farbe hat.

Dann löschen wir es ab mit unserem Wein (geht auch ohne). Jetzt geben wir noch Tomatenmark, Salz, Pfeffer, eine Prise Zucker eine gepresste Knoblauchzehe und gehackten oder getrockneten Basilikum mit 500 ml Wasser in den Topf. Dann abschmecken und köcheln lassen.

Béchamelsoße:

Wir geben alle Zutaten in den Topf und Rühren mit einem Schneebesen, sodass es keine Klumpen mehr gibt dann schalten wir den Topf an und Rühren durchgehen, sodass nichts anbrennen kann, wenn Bläschen entstehen, kann man es vom Herd nehmen

Das Schichten:

Wir nehmen eine Auflaufform geben da zuerst Rote Sauce rein dann Nudelteig, dann eine Schicht Rote Sauce und eine Schicht Béchamelsoße. Das so oft, bis man keinen Teig mehr hat. Und dann obendrauf käse so viel wie man will

„Lasagne ist mein Lieblingsessen und ich habe viele Rezepte schon probiert aber das Rezept schmeckt mir am besten.“

„WIR IN EUROPA!“



Oktober 2022
Kreisjugendfeuerwehrwartseminar Vortrag

Dr. Martin Große Hüttmann von der Eberhard Karls Universität in Tübingen hält einen interessanten Vortrag zu Europa. Er beleuchtet die Frage, was Europa eigentlich ist, wie es historisch entstand, was die EU heute ausmacht, welche Krisen und Konflikte sie sich stellen muss, aber auch welche Perspektiven sich für die Zukunft eröffnen. Im Anschluss stellt er sich den Fragen des Auditoriums.

Weiter auf Seite 69 





Lasagne 2

Leonie (13), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 1 Schuss Olivenöl (für die Form)
- 12 Stück Lasagne Blätter
- 200 g Gouda (gerieben, zum Bestreuen)

Zutaten für die Béchamelsauce

- 80 g Butter
- 80 g Mehl
- 800 ml Milch
- 1 Prise Pfeffer (weiß)
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Muskat

Zutaten für die Bolognesesauce

- 400 g Rinderfaschiertes
- 1 Stk Zwiebel
- 1 Stk Knoblauchzehe
- 1 Schuss Öl
- 1 Stk Karotte
- 1 Dose Tomaten
- 5 EL Tomatenmark
- 3 EL Ketchup
- 1 Prise Basilikum
- 1 Prise Oregano
- 1 Prise Thymian
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer

Zubereitung

Zuerst die Bolognesesauce zubereiten: Dafür Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Die Karotten schälen und raspeln. Dann Öl in einem Topf erhitzen, Faschiertes darin gleichmäßig anrösten und Zwiebeln, Knoblauch und Karotten zugeben und weiter anbraten. Tomaten und Tomatenmark sowie das Ketchup, Basilikum, Oregano, Thymian, Salz und Pfeffer hinzugeben und auf kleinster Stufe ca. 10 Min. köcheln lassen.

Anschließend die Béchamelsauce herstellen: Dafür Butter in einem Topf zerlassen, Mehl zugeben und sofort mit einem Schneebesen umrühren. Jetzt ganz langsam unter ständigem Rühren die Milch zugeben. Langsam aufkochen und rühren bis die Sauce dicklich ist. Sodann mit Pfeffer, Salz und Muskat würzen. Für die Lasagne eine Auflaufform mit Olivenöl einfetten. Nun abwechselnd die Lasagneblätter und Bolognesesauce einschichten. Mit den Lasagneblättern beginnen, danach die Sauce usw. abwechselnd schichten.

Ganz zum Schluss mit der Béchamelsauce abschließen und frisch geriebenen Gouda draufgeben. Im vorgeheizten Ofen bei 180° C Heißluft ca. 30 Minuten backen.

Anmerkung: Auch vegetarisch lecker! Anstelle von Hackfleisch Gemüsewürfel verwenden

„Weil wir viele Italiener in der Familie haben.“



Foto: freepik.com - KamranAydinov

Döner

Nico (12), Luca (16), Fabrizio (16), Rene (13), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 500 gr Rinderbraten (Oberkeule), alternativ Lamm

Für die Marinade:

- halbe Knolle/n Knoblauch
- halbe Zwiebel(n)
- 1 Stängel Minze
- 1 Stängel Koriander
- halber TL Paprikapulver, edelsüß
- halber TL Kreuzkümmelpulver
- halber TL Thymian
- Prise Salz, Pfeffer
- 4 EL Olivenöl

- Außerdem: (Brot und Füllung)
- 4 kleine Fladenbrot(e), türkische, alternativ 4 große Stücke aus einem großen Fladenbrot
- Kopf Weißkohl
- Kopf Rotkohl
- Kopf Eisbergsalat
- Zwiebel(n), rote
- Tomate(n)
- Gurke(n)

- 80 g Feta-Käse (Weißkäse), türkischer (aus Schaf- oder Kuhmilch)
- n. B. Pul Biber optional, zum Nachschärfen

Für die Sauce: (orange Sauce)

- 80 g Joghurt, türkischer oder griechischer
- 60 ml Ayran
- 80 g Salatmayonnaise
- 20 ml Ketchup
- halbe Zehe/n Knoblauch
- 1, TL Zucker
- halber EL Zitronensaft
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- halber TL Paprikapulver, rosenscharf
- Prise TL Salz
- Prise TL Korianderpulver
- Prise TL Kreuzkümmelpulver
- Prise Dill
- Prise Petersilie, glatte
- Prise Pul Biber

Für die Sauce: (weiße Sauce)

- 130 g Joghurt, türkischer oder griechischer

- 60 ml Ayran
- 30 g Crème fraîche
- halbe Zehe/n Knoblauch
- halber TL Kräuter, gemischt (TK 8-Kräuter-Mischung)
- Prise Salz
- Prise Pfeffer

Zubereitung

Fleisch vorbereiten:

Das Fleisch in rund 1-2 cm dicke Streifen schneiden. Wenn möglich, direkt beim Fleischer schneiden lassen, spart sehr viel Arbeit! In der Regel müssen die Scheiben noch halbiert werden, damit sie halbwegs rund/quadratisch sind.

Tipp: Nach Größe sortieren, erleichtert das spätere Schichten!

Marinade:

Alle Marinade-Zutaten klein schneiden und das Olivenöl dazugeben. Mit einem Pürierstab zu einer dickflüssigen Masse verarbeiten.

Marinieren:

Die Fleischscheiben mit der Marinade bestreichen und in einem geschlossenen Gefäß für mindestens 12 h in den Kühlschrank stellen (es bietet sich daher an, am Vorabend zu marinieren).

Schichten:

Die Fleischscheiben auf den Drehspeiß schichten. Die

Fleischscheiben sollten von unten nach oben größer werden. Übrig gebliebene Marinade am geschichteten Speiß verteilen.

Da der fertig geschichtete Speiß in der Regel schlecht in den Kühlschrank passt, empfehle ich, diesen erst kurz vorher fertig zu machen. Wer ihn jedoch vorbereiten will: in Frischhaltefolie einpacken und in den Kühlschrank stellen. Achtung: Es könnte etwas tropfen.

Soßen:

Die Soßenzutaten zerkleinern und vermengen. Am besten schmecken die Soßen, wenn diese ebenfalls über Nacht im Kühlschrank ziehen können.

Füllung:

Die Füllung sollte hingegen erst am Tag des Essens vorbereitet werden.

Alle Zutaten in getrennte Behälter geben, damit jeder seinen individuellen Döner basteln kann.

Weißkohl, Rotkohl und den Weißkäse in dünne Streifen hobeln. Den Eisbergsalat in dünne Streifen schneiden. Die roten Zwiebeln in dünne (Halb-)Ringe schneiden. Gurke würfeln. Bei den Tomaten das Innenleben entfernen und ebenfalls würfeln.

Anmerkung: Wenn zum Grillen kein Drehspeiß vorhanden, das Fleisch in dünne Streifen schneiden und in der Pfanne braten.

„WIR IN
EUROPA!“



Bundestagspräsident a.D. und Mitglied des Bundestages Dr. Wolfgang Schäuble und Jean-Baptiste Peyrat, stv. Präfekt der Region Grand Est und des Unterelsass diskutieren mit unseren Landesjugendsprechern über Europa. Dr. Schäuble ermutigt die Jugendlichen dazu, sich für Europa einzusetzen. Europa muss gerade in den Grenzregionen noch besser zusammenwachsen.

Das ist der beste Weg zu verstehen, dass wir trotz unterschiedlicher Nationalitäten alle Europäer sind. Schäuble dankt den Jugendlichen für ihr gesellschaftliches Engagement: "Bringen Sie sich weiter so engagiert in den Jugendfeuerwehren ein. Sie sind Vorbilder gesellschaftlichen Engagements!"

Weiter auf
Seite 95



Pizza

Ella (11), Hannah (12), David (12), Luca (10), Leon (12), Florian (13), Lukas (10),
alle aus Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 800 g Pizzateig (selbst zubereitet oder aus dem Kühlregal)
- etwas Mehl und Grieß zum Ausrollen
- 250 g passierte Tomaten
- 1 Prise Paprikapulver, edelsüß
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 80 g Salami
- 200 g geriebener Käse
- 1 Handvoll frischen Basilikum

Für die Sauce:

- 1/2 Bund Petersilie, abgezupft
- 170g Zwiebeln, geachtelt
- 30g Öl
- 200g Sahne
- 2TL Senf
- 1/2 TL Salz
- 1/4 TL Pfeffer
- 3/4 TL Paprika edelsüß
- 20g Speisestärke

Zubereitung

Einen Pizzastein auf einen Backrost auf der untersten Backschiene legen. Den Backofen auf 280 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. (Der Pizzastein muss richtig aufgeheizt werden: Es lohnt sich den Backofen für min. 30 Minuten vorzuheizen, sodass auch der Kern des Steines richtig heiß ist.) Den Pizzateig in 4 Stücke teilen. Jedes Teigstück mit etwas Mehl rund ausrollen. Kurz vor dem Belegen etwas Grieß auf die Backschaufel streuen, dann rutscht die Pizza besser auf den Stein. Den Teig dünn mit den Tomaten bestreichen. Dabei einen Rand von 1 cm stehen lassen und die Pizza würzen. Anschließend mit Salami belegen und mit Käse bestreuen. Die Salami-Pizza auf den Stein gleiten lassen und für 5 Minuten backen. Danach mit frischem Basilikum dekorieren.



Pfannkuchen

Justin Spahr (15), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 2 Eier
- 200 ml Milch
- Prise Zucker
- Prise Salz
- 200 g Mehl
- 60 ml Mineralwasser
- etwas Speiseöl zum Ausbacken

Zubereitung

Mehl mit 1 Prise Salz in eine Schüssel sieben. Die Milch unter Rühren dazu gießen und mit einem Schneebesen glattrühren. Die Eier kräftig unterrühren. Falls Klumpen entstehen, den Teig durch ein feines Sieb gießen. Pfannkuchenteig 20 Minuten in der Schüssel ruhen lassen. Eine beschichtete Pfanne (18 cm Ø) erhitzen, mit wenig Butterschmalz auspinseln und bei mittlerer Temperatur nacheinander 8 dünne Pfannkuchen darin backen.

Pfannkuchen mithilfe einer Palette wenden, sobald die Unterseite sich vom Boden lösen lässt. Pfannkuchen bis zum Servieren auf einem Teller stapeln und zugedeckt warmhalten



Foto: freepik.com - stockking

Rinderzunge

Jannik (10), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 100 g Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1 Stange Lauch
- 200 g Karotten
- 1 Stange Staudensellerie
- 2 große Champignons
- 1,5 kg frische Rinderzunge
- 2 l Wasser
- 500 ml Weißwein (lieblich oder halbtrocken)
- 100 g Butter
- 60 g Mehl
- 1 Bund frische Petersilie
- 2 TL Salz
- 2 Dosen ganze Pilze (klein)
- 2 große Lorbeerblätter
- 2 TL schwarze Pfefferkörner
- 8 Pimentkörner
- 1/2 Thymianzweig
- 2 Nelken

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen und grob schneiden. Den Lauch in Ringe schneiden, in kaltem Wasser gründlich waschen und abtropfen lassen. Karotten, Sellerie, frische Pilze und Petersilie waschen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Erst die Rinderzunge in den Topf geben und anschließend das Gemüse dazugeben. Mit Wasser soweit auffüllen, dass die Flüssigkeit nur ca. $\frac{3}{4}$ der Zunge in der Höhe bedeckt. Alles zum Kochen bringen. Zwischendurch mal umrühren (wenn sich an der Oberfläche etwas Schaum bilden sollte, diesen mit einem feinen Sieb abschöpfen). Die Gewürze, 2 TL Salz und den Weißwein in den Topf geben. Die Zunge sollte nun vollständig mit Flüssigkeit bedeckt sein. Es ist erforderlich bei Omas kräftiger Sauce ein Gewürznetz zu verwenden, dieses muss vor dem Passieren entnommen werden. Die Rinderzunge für 3,5 bis 4 Stunden köcheln lassen. Tipp: Um zu kontrollieren, ob die Zunge weich ist, einfach mit einer Fleischgabel hineinstechen. Diese löst

sich dann von selbst wieder heraus. Mit dem Fleischthermometer sollte eine Kerntemperatur von 85-90 °C erreicht werden.

Nach dem Kochen die Zunge aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Den Rinderzungensud aufbewahren. Anschließend die Rinderzunge leicht an der Zungenspitze einschneiden, die Haut abziehen und in Scheiben schneiden.

Sauce:

Aus dem Topf mit Rinderzungensud das Gewürznetz entfernen. Die Flüssigkeit aus dem Topf in ein anderes Gefäß grob abgießen. Flüssigkeit verwahren. Das Gemüse nun mit dem Stabmixer fein pürieren. Unter Zugabe des abgegossenen Suds die Sauce auf die gewünschte Dicke passieren. Den Topf mit der Sauce bei mittlerer Hitze auf den Herd stellen und mit Pfeffer, Salz, Muskat und Thymian nach Geschmack nachwürzen. Die Pilze aus den Dosen abgießen, abtropfen lassen und in die Sauce geben. Mit den Zungenscheiben erwärmen.

Sauce aus Mehlschwitze

Rinderzungensud durch ein Sieb abgießen. Butter in einem großen Topf erwärmen, das Mehl hinzugeben und eine dunkle Mehlschwitze herstellen. Butter und Mehl gemeinsam anschwitzen (eventuell etwas Zucker für eine schöne braune Farbe hinzugeben). Anschließend nach und nach 1 Liter des abgegossenen Fonds unter Rühren hinzugießen. Je nach Geschmack mit Pfeffer, Salz, Muskat und Thymian nachwürzen. Die Sauce für ca. 10 Minuten weiter köcheln lassen. Die Scheiben der Rinderzunge in der Sauce erwärmen. Als Beilage empfehlen wir:

- Reis und hausgemachten Apfelrotkohl
- Buttermöhren mit Petersilienkartoffeln, frisches Gemüse- oder ein grüner Salat

Anmerkung: bei Jugendlichen ggf. den Weißwein weglassen



Norwegische „Potetlomper“- dünne Kartoffelpfannkuchen

Nadja, Weingarten (Baden)

Zutaten für 4 Personen

- 600g mehlig kochende Kartoffeln
- 100g Mehl
- 1 TL Salz
- Mehl für die Arbeitsfläche

Zubereitung

Die Kartoffeln mit der Schale garen, danach pellen und sofort durch eine Kartoffelpresse drücken oder sehr gut zerstampfen. Dazu das Mehl und 1 TL Salz geben und gut verkneten, bis es nicht mehr klebt (ansonsten noch etwas Mehl hinzugeben). Den Teig zu einer dicken Wurst rollen und in ca. 8-10 Scheiben schneiden. Diese werden auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn und rund ausgerollt. Die Potetlomper werden dann in einer beschichteten Pfanne ohne Fett ausgebacken, dabei mehrfach wenden. Fertig sind sie, wenn sie braune Flecken bekommen haben. In Norwegen isst man die Potetlomper beim Grillen und wickelt seine Grillwürstchen darin ein. Sie schmecken aber auch gut mit Käse, Lachs, Schinken oder gesalzener Butter. Wir essen sie auch mit Nuss-Nougat-Creme, wenn sie frisch ausgebacken sind und die Nuss-Nougat-Creme schön darauf schmilzt.

Viele Grüße aus der Landesfeuerwehrschule und lasst es euch schmecken!

„Im Sommer fahren wir seit einigen Jahren immer wieder in das wunderschöne Norwegen. Dort sind die Lomper ein häufiges und schnelles Essen, auch mal für zwischendurch und es gibt sie überall zu kaufen. In Deutschland bekommt man diese leider nirgends und als ich ein Buch über Norwegen geschenkt bekam, habe ich mich sehr gefreut, als ich darin das Rezept für Lomper gefunden habe. Seitdem können wir diese auch immer mal wieder zu Hause genießen. Lomper sind in Norwegen ein traditionelles Gericht. Es gibt dort verschiedene Fladenbrote, wie zum Beispiel Lefser, die ohne Kartoffeln gebacken werden und gerne mit Zimt, Butter und Zucker bestreut werden oder auch mit dem typischen Brunost (brauner Käse)

belegt werden. Die Potetlomper entstanden wohl dadurch, weil Kartoffeln in manchen Gegenden Norwegens leichter anzubauen waren als Getreide und deshalb zur Hauptzutat für die Lomper wurden.“



Für ein gelingendes Europa wünsche ich mir eine Offenheit der Menschen, die die Vielfalt Europas positiv betrachten und dadurch ein starkes Miteinander entsteht, das auch in Krisenzeiten zueinandersteht. In meiner Jugend hatte ich das Glück eine sehr weltfremde Schule besuchen zu dürfen, die an vielen internationalen Schüleraustauschprogrammen teilnahm und ich so verschiedene europäische Länder, Menschen und Kulturen hautnah erleben durfte, da ich dort direkt an dem Familienleben der Austauschschüler und -schülerinnen teilhaben durfte. Dieses Glück haben heute leider nicht mehr viele Jugendliche. Deshalb hoffe ich in meiner Arbeit viele Menschen aus den Jugendfeuerwehren für internationale Begegnungen begeistern zu können, da dadurch tolle Erlebnisse und Kontakte entstehen und sich dabei ganz nebenbei eine Offenheit und ein Verständnis für alle Menschen entwickelt.



Toskanische Hähnchenpfanne

Maximilian (24), Edingen-Neckarhausen

Zutaten für 4 Personen

- 4 Hähnchenbrustfilets
- 10 Cherry Tomaten
- 1 große Zwiebel
- 4 Zehen Knoblauch
- 100ml Sahne
- 100 ml Geflügelfond
- 300g Parmesan
- 100g Babyspinat

Zubereitung

1. Hähnchenbrustfilet in einer Pfanne auf beiden Seiten scharf anbraten
2. Herausnehmen und Zwiebeln und Knoblauch in der gleichen Pfanne anbraten
3. Tomaten und Spinat hinzugeben und leicht anbraten bis der Spinat um die Hälfte eingegangen ist
4. Alles mit Geflügelfond ablöschen, Sahne hinzufügen und mit Salz, Pfeffer, Basilikum, Thymian und Rosmarin abschmecken
5. Kurz aufkochen lassen und dann die Hähnchenbrustfilets hineinlegen
6. Alles großzügig mit Parmesan bedeckt

7. In den vorgeheizten Backofen bei 160°C für 10 min abgedeckt garen lassen
8. Deckel entfernen, nochmals Parmesan darauf verteilen und bei 200°C ohne Deckel garen lassen bis der Käse goldgelb ist.

„Das Rezept kommt ursprünglich aus der Toskana zu mir ist es gekommen, indem ich es im Urlaub zum ersten Mal bei einer Familie, wo ich zu Gast war, probieren durfte. Nun ist es ein Rezept was in regelmäßigen Abständen bei mir daheim gekocht wird.“



Schnüsch

Bente (26), Enge-Sande, Schleswig-Holstein, nahe der dänischen Grenze

Zutaten für 4 Personen

- 250 g Kartoffeln
- 250 g Erbsen
- 250 g Karotten
- 250 g Bohnen
- 150 g Kohlrabi
- 500 ml Milch
- Petersilie
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

- Kartoffeln kochen und die Schale abpellen.
Kartoffeln, Bohnen, Karotten und Kohlrabi in kleine Würfel schneiden.
Bohnen, Karotten und Kohlrabi ebenfalls vorgaren.
Das vorgegarte Gemüse mit 500 ml Milch, Salz, Pfeffer und viel frischer Petersilie vermengen.
Kurz aufkochen, bis es ein wenig eindickt.

„Das Rezept gibt es schon sehr lange in der Familie. Einen besonderen Anlass gibt es nicht, eher eine Jahreszeit. Im Frühsommer, wenn das erste Gemüse

erntereif ist, wird dieses Gericht gekocht. Weil es nicht so schwer im Magen liegt, eignet es sich auch super bei wärmeren Temperaturen, wenn man eh nicht so einen großen Hunger hat.
Den genauen Ursprung weiß ich nicht, dennoch ist es in Norddeutschland, sowie Süddänemark bekannt und wird auch in der Hauswirtschaftsschule gekocht. Geschichtlicher Hintergrund wird wohl sein, dass es ein einfaches Gericht ist mit wenigen Zutaten und es deshalb auch zu Kriegszeiten oder bei allgemeinen Lebensmittelknappheiten gekocht werden kann. Früher hatte ja jeder Haushalt einen eigenen Gemüsegarten, in dem diese Zutaten zu finden waren.“



Mein Wunsch ist es, dass die europäischen Verbindungen/Freundschaften weiterhin intensiv gepflegt werden, um die schreckliche Vergangenheit nicht noch einmal aufleben zu lassen! „Frieden ist unser heiligstes Gut!“



Spaghetti Bolognese

Max (14), Elzach

Zutaten für 4 Personen

- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Möhre
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 Lauch
- 50 g geräucherter, durchwachsener Speck
- 3 Stiel(e) Thymian, Oregano und Basilikum
- 1-2 EL Olivenöl
- 400 g Hackfleisch
- Salz
- Pfeffer
- Muskatnuss
- 2-3 EL Tomatenmark
- 1/2 TL Instant-Brühe
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Gewürznelke
- 1 Dose Tomaten
- 400 g Spaghetti
- 40 g Parmesan

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Möhren schälen. Sellerie und Porree putzen. Gemüse waschen. Speck und Gemüse sehr fein würfeln. Kräuter waschen. Thymianblättchen abzupfen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Hack darin ca. 5 Minuten braten, dabei mit einem Pfannenwender krümelig zerkleinern. Speck, Zwiebeln, Knoblauch und Gemüse kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenmark einrühren, kurz anschwitzen. 1/8 Liter Wasser, Brühe, Lorbeer, Nelke, Thymian und Tomaten im Saft zufügen. Alles aufkochen, ab und zu umrühren. Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Nudeln hineingeben und in 9-10 Minuten bissfest garen. Dabei ab und zu umrühren. Oregano- und Basilikumblätter abzupfen und, bis auf etwas Basilikum zum Garnieren, fein hacken. In die Bolognese-Soße rühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Parmesan fein reiben. Spaghetti abtropfen lassen. In einer großen Schüssel mit der Soße mischen und auf Tellern anrichten. Mit Basilikum garnieren und mit Parmesan servieren



Spätzle nach Opas Art

Kilian (11), Bönningheim

Zutaten für 4 Personen

- 450 g Mehl (Spätzlesmehl, Weizenmehl 550 oder Dinkelmehl - geschmacklich einzigartig werden sie mit 300 g Mehl und 250g Dunst)
- 6 Eier
- Salz

Zubereitung

Das Mehl mit Eiern und Salz zu einem glatten Teig rühren, bis er Blasen wirft. Danach lässt man den Teig 10 - 20 Minuten lang ruhen. Nun setzt man einen großen Topf Wasser auf, lässt ihn kochen und gibt Salz hinzu. Jetzt kann man je nach Können den Teig mit einer Spätzlepresse oder mit einem Brett zu Spätzle schaben.

Sobald die Spätzle im Salzwasser oben schwimmen, schöpft man sie ab und hält sie warm.

Man kann sie mit Kräutern verfeinern oder noch in Semmelbrösel anbraten. Passen zu (fast) allen leckeren Gerichten.

„Ich habe dieses Rezept von meinem Opa gelernt.“



Dass jeder jeden akzeptiert



Vegetarische Maultaschen

Leonie (15), Ottersweier

Zutaten für 4 Personen

- Für den Nudelteig:
- 5 Eier
- 4 EL Wasser
- 500g Weizenmehl (Typ 00 oder 405)
- 2 TL Salz

Für die vegetarische Füllung:

- 2 Brötchen
- 200g Spinat (frisch oder TK)
- 1 Zwiebel
- 2 Karotten (ca. 200g)
- 1 Stange Lauch (ca. 200g)
- 1 bis 2 EL Butter
- Geriebene Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer
- 1 Bd. Petersilie
- 2 Eier (Größe M)
- 100g Quark
- 50g geriebener Käse (z.B. Emmentaler)

Außerdem:

- Gemüsebrühe
- Schnittlauch zum Garnieren

Anmerkung: anstelle von Quark geht auch Frischkäse

Zubereitung

1. Schritt:

Eier mit 4 EL Wasser verquirlen. Verquirlte Eier, Mehl und Wasser vermengen. Mit den Händen oder dem Knethaken der Küchenmaschine in 10-15 Minuten zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Falls der Teig zu trocken ist, mehr Wasser einarbeiten. Luftdicht verpackt für 45 Minuten bei Raumtemperatur ruhen lassen.

2. Schritt:

In der Zwischenzeit Brötchen in feine Würfel schneiden oder im Blitzhacker zerkleinern. TK Spinat aus dem Gefrierfach nehmen und antauen lassen.

3. Schritt:

Zwiebel abziehen und fein schneiden. Karotten schälen und raspeln. Lauch putzen und fein würfeln. Butter in einer beschichteten Pfanne zerlassen und Zwiebeln bei mittlerer Hitze glasig anbraten.

4. Schritt:

Geschnittene Karotten und Lauch dazugeben. Das Gemüse dünsten, bis es weich ist. Spinat hinzufügen und braten, bis er aufgetaut und zerfallen ist. Die Pfanne vom Herd nehmen

(Frischen Spinat in kochendem Wasser blanchieren. Gut abtropfen lassen, fein hacken und dann erst zum restlichen Gemüse geben)

5. Schritt:

Petersilie waschen, Blätter abzupfen und fein hacken. Geschnittene Brötchen, gedünstetes Gemüse, Petersilie, Eier, Quark und geriebenen Käse in eine große Schüssel geben und gründlich zu einer festen Masse verkneten. Mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Schritt:

Nudelteig sehr dünn ausrollen (Nudelmaschine Stufe 4) und in gleichmäßige längliche Streifen mit geraden Enden schneiden. Bei einem der Streifen gleich große Quadrate ausmessen.

7. Schritt:

Jedes Quadrat mit 0,5-1 EL Füllung bestreichen. Dabei Ränder freilassen. Die Ränder anschließend vorsichtig mit etwas Wasser bestreichen. Auf den belegten Streifen einen zweiten ca. gleich großen Teigstreifen legen.

8. Schritt:

Die angefeuchteten Ränder zwischen den gefüllten Quadraten mit dem Stiel eines Kochlöffels oder den Fingern nach unten drücken, um die Maultaschen zu verschließen.

9. Schritt:

Anschließend zu Maultaschen schneiden und die Ränder mit einer Gabel zusammendrücken oder ein Teigrädchen verwenden (Falls die Ränder nicht zusammenhalten, kannst du sie noch einmal mit etwas Wasser anfeuchten.)

10. Schritt:

Einen großen Topf Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und die vegetarischen Maultaschen 10-12 Minuten im heißen Wasser ziehen lassen.

11. Schritt:

Entweder mit Brühe servieren oder aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Butter schwenken. Auf Teller aufteilen und nach Belieben mit Schmelzzwiebeln und geschnittenem Schnittlauch garnieren.
Guten Appetit

„Dieses Rezept hat unsere Jugendfeuerwehr zusammen zur Weihnachtsfeier gekocht. Es war kinderleicht und hat allen sehr viel Spaß gemacht.“



Rezept für Europa

Die Basis des Rezeptes gründet sich auf Werten wie der Achtung der Menschenwürde, Freiheit, Demokratie, Gleichheit, Rechtsstaatlichkeit und der Wahrung der Menschenrechte. Chancengleichheit für alle EU-Bürgerinnen- und Bürger erfordert dabei auch und einen beachtlichen Schuss soziale Gerechtigkeit.

Um auch weiterhin „in den Genuss“ des Europäischen Projekts zu kommen, sind diese gemeinsamen Werte und Prinzipien unabdingbar. Auch eine Prise kulturelle Vielfalt, gegenseitiges Verständnis und grenzüberschreitende Zusammenarbeit sowie mehr als nur eine Handvoll diplomatischer Dialog und Fingerspitzengefühl werden künftig mehr denn je gefragt sein. Mischen Sie gemeinsame Werte, kulturelle Vielfalt und gegenseitiges Verständnis mit nationa-

lem Patriotismus, der den europäischen Patriotismus perfekt ergänzt.

In Sachen Innovation wird es technologischen Fortschritt und gezielte Investitionen in Forschung und Entwicklung mit Augenmaß brauchen, um das Zusammenspiel und folglich den Geschmack nicht zu verderben.

Das Rezept kann durch Besonderheiten wie das Erasmus+-Programm, das Wegfallen EU-weiter Roaminggebühren und vereinheitlichten Qualitätsstandards verfeinert werden, was insbesondere unseren EU-Verbraucherinnen und Verbrauchern gut bekommen wird.

Vizepräsident Rainer Wieland MdEP,
Europäisches Parlament



Maultaschen

Verena (16), Waldburg

Zutaten für 4 Personen

Nudelteig

- 500g Mehl
- 4 Eier
- 1 EL Öl
- 1 EL Wasser, warm

Füllung

- 1 Bund Petersilie
- 200g Rauchfleisch
- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 4 Scheiben Weißbrot
- 3 Eier

Zubereitung

Das Weißbrot in Wasser einweichen, alle Zutaten in der Pfanne mischen und mit Butter anbraten.

Den Teig in gleich große Teile aufteilen und zu kleinen Rechtecken ausrollen. Die Hälfte des Teiges mit der Füllung belegen und die andere Seite freilassen. Die freie Seite darüber schlagen und die Ränder andrücken. 10-15 Minuten ruhen lassen. Die Maultaschen 8 min. in kochender Fleischbrühe ziehen lassen und anschließend mit angebratenen Zwiebeln und Kartoffelsalat servieren.



Linzen mit Spätzle und Saiten

Verena (16), Waldburg

Zutaten für 4 Personen

Linzen:

- 250g Linzen
- 3/4 L Wasser
- 3-4 EL Öl
- 1 EL Tomatenmark
- 2-3 EL Essig
- 1 gelbe Rübe
- 1 Stück Lauch
- Pfeffer, Salz, Paprika
- 1 EL Fleischbrühe
- 4 Paar Saitenwurst
- 1 EL Schweineschmalz
- 1 EL Mehl

Spätzle:

- 500g Mehl
- 1 TL Salz
- 4 Eier
- 1/4 L lauwarmes Wasser
- Salzwasser zum Kochen

Zubereitung

Linzen:

Linzen verlesen und gut waschen. Wasser in den Topf gießen und, Öl, Tomatenmark und Essig hinzufügen. Vorbereitete in kleine Würfel geschnittene gelbe Rübe und Lauch dazugeben, aufkochen und die Linzen dazugeben, umrühren, langsam weichkochen. Das Schweineschmalz in einem Topf heiß werden lassen, das Mehl einstreuen und eine dunkle Brenne herstellen, mit dem Linzenwasser ablöschen, dann die Linzen einrühren. Gewürze und Fleischsuppe Instant darüberstreuen.

Spätzle:

Aus Mehl, Eier, Salz und lauwarmes Wasser Spätzleteig herstellen und kräftig abschlagen, bis der Teig Blasen wirft. Den Teig portionsweise durch den Spätzlereiber in das kochende Salzwasser geben. Die Spätzle im Wasser kochen lassen, bis sie fertig sind, danach absieben. Bis der Teig aufgebraucht ist.

Das Linsengericht mit Spätzle und heißen Saiten servieren.



Kartoffelpuffer

Annika (9), Neudenau

Zutaten für 4 Personen

- 1kg vorwiegend fest kochende Kartoffeln
- 1 große Zwiebel
- 2 Eier
- ½ TL Salz
- Öl zum Anbraten
- 1 Großes Glas Apfelmus

Zubereitung

Die gewaschenen Kartoffeln schälen und auf einer Küchenreibe in eine Schüssel reiben. Zwiebel abziehen und auch reiben. Eier aufschlagen und in die Masse rühren. Öl in einer Pfanne erhitzen und ein Esslöffel der Masse in die Pfanne geben und flach streichen. Puffer 3 Min. auf jeder Seite anbraten

„Das ist mein Lieblingsrezept. Ich esse es sehr gerne.“



Chili con Carne

Alexander (11), Flinn (10), Milian (10), Noah (10), Noah (11), Annika (9), Max (10), Jonas (11), Jugendfeuerwehr Neudenau

Zutaten für 4 Personen

- 800 gr. Rinderhackfleisch
- 2 Zwiebeln
- 3 Zehen Knoblauch
- 2 EL Öl zum Braten
- 1 Paprikaschote
- 2 EL Tomatenmark
- 1 gr. Dose gehackte Tomaten (800 gr)
- 1 Dose Mais (200 gr.)
- 1 Dose Kidneybohnen (480 gr.)
- 500 ml Brühe

- Ggf. 1 Becher Creme fraiche und Baguette

Zum Würzen:

- Pfeffer, Salz, Paprikapulver, eine Prise Zucker

Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch klein hacken und in einem Topf glasig braten. In der Zeit die Paprikaschote waschen und in kleine Würfel schneiden. Hackfleisch zugeben und anbraten.

Hackfleisch mit Gemüsebrühe ablöschen und Paprika dazu geben. Köcheln lassen, bis die Paprika weich wird. In dieser Zeit die Bohnen absieben und waschen. Mais abgießen und bereitstellen. Tomatenmark und gehackte Tomaten in den Topf geben. Aufkochen lassen. Bohnen und Mais hinzugeben und nach Geschmack würzen. Am besten mit einem Klecks Creme Fraich und Baguette servieren.

„Wir haben das Rezept im Rahmen einer Übung gemeinsam gekocht. Das gemeinsame Kochen zeigte uns wie wichtig Kameradschaft ist und dass wir in der Jugendfeuerwehr wie eine große Familie sind.“



Akzeptieren, dass Menschen unterschiedlich aussehen und unterschiedliche Meinungen haben.



Himmel und Erde

Anna (18), Zell u.A.

Zutaten für 4 Personen

- 600 g Kartoffel
- 150 g Zwiebel
- 400 g Apfelmus
- 30 g Salz
- 1 TL Zucker
- 150 g durchwachsender Speck
- 30 g Fett
- 500 g Griebenwurst bzw. Speckblutwurst
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Kartoffeln schälen und in Salzwasser garen. Durch eine Presse drücken und mit dem Apfelmus vermischen. Mit Zucker abschmecken und bei niedriger Temperatur wieder erwärmen.

Den Speck fein Würfeln und in der Pfanne auslassen. Die Zwiebeln gehackt hinzugeben und mitbräunen. In die Apfelmus-Kartoffelmasse rühren. Warm stellen. Wurst in Scheiben schneiden und im Fett leicht anbraten.

In manchen Gegenden wird in die Apfelmus-Kartoffel-

masse noch etwas Essig gegeben.

Die Apfelmus-Kartoffelmasse auf einem Teller anrichten und gebratenen Wurstscheiben oben auf legen. Guten Appetit

„Das Rezept stammt aus einem „Kochbuch von Feldköche“ von Uwe Mauch, welches ich bei Aufräumarbeiten im Feuerwehrhaus gefunden habe.“

Anmerkung: wir dürfen das Rezept mit freundlicher Genehmigung von Uwe Maucher abdrucken. Vielen Dank.“



Züricher Leberspiessli

Anna (18), Zell u.A.

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Rinder oder Schweineleber
- 160 g Kochspeck
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- frische Salbeiblätter
- 50 ml Bratensoße
- 50 ml Rotwein
- Salz, Pfeffer
- Mehl zum melieren
- 4 Holzspieße

Zubereitung

Abwechselnd Leberstücke (ca. 30 g) und Speck (ca. 15 g) und Salbeiblätter auf die Holzspieße stecken, salzen, würzen und leicht melieren.

Fett erhitzen und die Spieße darin partienweise anbraten. Im restlichen Fett feingehackte Zwiebeln und Knoblauch dünsten und mit Rotwein ablöschen und Bratensoße begeben. Soße aufkochen, abschmecken und über die Leberspieße verteilen.

Dazu grüne Bohnen und Salzkartoffeln servieren.

„Das Rezept stammt aus einem „Kochbuch von Feldköche“ von Uwe Mauch, welches ich bei Aufräumarbeiten im Feuerwehrhaus gefunden habe.“

Anmerkung: wir dürfen das Rezept mit freundlicher Genehmigung von Uwe Maucher abdrucken. Vielen Dank.“



Foto: freepik.com - freepik

Schweizer Risotto

Anna (18), Zell u.A.

Zutaten für 4 Personen

- 320 g Risottoreis
- 40 g Butter
- 1-2 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 600 ml Bouillon
- 60 ml Weißwein
- 60 g Käse
- Salz, Pfeffer, Lorbeer

Zubereitung

Zwiebel schälen und fein schneiden, Knoblauchzehe schälen und fein hacken. Beides in einer Pfanne in der Butter andünsten. Wein und Bouillon zugeben und aufkochen. Mit den Gewürzen abschmecken.

20 Minuten vor dem Essen den Reis in die kochende Flüssigkeit geben und bei ständigem Rühren kurz aufkochen lassen. Von der Hitzequelle entfernen und bei gedeckter Pfanne 15 Minuten ziehen lassen.

Zum Schluss, Käse gerieben beimengen und evtl. nochmals kurz nachwürzen.

„Das Rezept stammt aus einem „Kochbuch von Feldköche“ von Uwe Mauch, welches ich bei Aufräumarbeiten im Feuerwehrhaus gefunden habe.“

Anmerkung: wir dürfen das Rezept mit freundlicher Genehmigung von Uwe Maucher abdrucken. Vielen Dank.“



Foto: freepik.com - timolina

Russische Wurstsuppe

Anna (18), Zell u.A.

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Jagdwurst
- 120 g Zwiebel
- 40 g Butterschmalz
- 320 rote Beete
- 720 ml Fleischbrühe
- 120 Weißkohl geraspelt
- 80g Karotten gewürfelt
- 80 g Sellerie geraspelt
- 160 g Tomaten geschält
- 80 ml Saure Sahne
- frische Petersilie, Dill
- 20 ml Essig,
- 40 ml Rotwein
- Salz, Pfeffer, Zucker
- Lorbeerblatt

Zubereitung

Die Zwiebel nach dem Schälen in kleine Würfel schneiden und im Butterschmalz glasig dünsten. Rote

Beete schälen und in Würfel schneiden, dazugeben und kurz anschmoren. Essig, Rotwein, Zucker, Salz, Lorbeer und Pfeffer dazugeben. Die geschnittenen Gemüse dazugeben und mit Fleischbrühe aufgießen. 30 Minuten kochen lassen.

Die Jagdwurst würfeln und in die Suppe geben und 20 Minuten ziehen lassen.

Die Lorbeerblätter entfernen und die Suppe ausgeben.

Auf jeden Teller einen Löffel saure Sahne, gehackte Petersilie und Dill als Garnitur geben.

„Das Rezept stammt aus einem „Kochbuch von Feldköche“ von Uwe Mauch, welches ich bei Aufräumarbeiten im Feuerwehrhaus gefunden habe.“

Anmerkung: wir dürfen das Rezept mit freundlicher Genehmigung von Uwe Maucher abdrucken. Vielen Dank.“



Foto: pixabay.com - Letha

Schäufole vom eigenen Schwein mit schwäbischen Kartoffelsalat

Hendrik

Zutaten für 4 Personen

Kartoffelsalat:

- 1000g Kartoffeln
- 2 Zwiebeln
- 1 EL Senf
- 300 ml Brühe
- 4 EL Essig
- Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Schäufole:

- 1400g gepökelte und geräucherte Schweineschulter
- 1/2l Weißwein Trocken
- 1 Zwiebel
- 1 Lorbeerblatt
- 2 Nelken
- 1 Knoblauchzehe
- 8 Pfefferkörner
- 2 Körner Piment
- 5 leicht zerdrückte Wacholderbeeren und etwas Salz

Zubereitung

Schäufole kurz abspülen.

Weißwein mit ca. einem Liter Wasser, Zwiebel, Knoblauch und Gewürzen aufkochen. Das Fleisch hineinlegen, es sollte knapp mit der Flüssigkeit bedeckt sein. Einmal aufkochen, dann ca. zwei Stunden zugedeckt ziehen, nicht kochen! (wird sonst trocken und zäh), lassen. Es ist gar, wenn sich der Knochen leicht lösen lässt.

Knochen auslösen (am besten mit einem Längsschnitt auf der flacheren Seite), Fleisch in Scheiben schneiden.

Kartoffelsalat:

Kartoffeln mit der Schale in reichlich Salzwasser für ca. 20 Minuten gar kochen. Abgießen und ausdampfen lassen. Dann noch warm pellen und in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebeln fein würfeln. Dann etwas Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln andünsten. Fleischbrühe zugeben und aufkochen. Dann vom Herd nehmen und Essig, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker einrühren.

Die Kartoffeln mit der heißen Brühe mischen. Zugedeckt für mindestens 1 Stunde ziehen lassen, dann das Öl unterheben.

Den Salat mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Sugo alla napoletana (nach Sante de Santis)

Michael (56), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

Für die Polpette:

- 500 g Hackfleisch gemischt
- 50 g Parmesan, gerieben
- 1 Ei
- 2 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 30 g Paniermehl
- 2 EL Tomatenmark
- Salz, Pfeffer, Petersilie

Für das Sugo:

- 3 Salsicce (italienische, grobkörnige Rohwurst)
- 400 g geschälte Tomaten aus der Dose (am besten aus Italien – „damit die italienische Sonne in die Soße kommt“, Sante di Santis)
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Wasser (die Tomatendose halb gefüllt)
- Salz, Pfeffer, gehackte italienische Kräuter, geriebener Parmesan
- 400 g Rigatoni

Zubereitung

Polpette:

Hackfleisch in eine Schüssel geben, mit geriebenem Parmigiano (Parmesan), einem Ei, gehackten Zwiebeln, gehackten Knoblauch, Petersilie, Paniermehl und Tomatenmark vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zu kleinen Bällchen formen.

Sugo:

Zwiebel in Würfel schneiden. In einen Topf mit Olivenöl und Knoblauch geben, angehen lassen. Basilikum und Tomaten aus der Dose dazu geben. Pro Dose Tomaten eine halbe Dose Wasser dazugeben. Rohe Polpette und Salsicce (Brät ohne die Haut) in das Sugo dazugeben. Einmal aufkochen lassen. Temperatur reduzieren und vier Stunden kochen lassen! Danach die Polpette herausnehmen.

Rigatoninudeln al dente kochen, in der Sauce schwenken, die Polpette hinzugeben.

Mit Salz, Pfeffer würzen, zum Schluss evtl. gehackte italienische Kräuter und geriebenen Parmigiano Reggiano dazu geben.

„Wir haben dieses Rezept bei einem Kochkurs des italienischen Fernseh-Kochs Sante de Santis (*21.11.1965 – 03.01.2016) kennen und schätzen gelernt. Seine Kochkurse waren großartige und fast einzigartige Erlebnisse.“



Sante war ein Europäer durch und durch. Mit seiner Liebe zum Essen und den Menschen war er ein Vorbild für viele. Vor allem mit seinen kulinarischen Reisen, die ihn mit Gästen auf Vespas durch Europa geführt haben.





Züricher Geschnetzelttes mit Rösti

Michael (56), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

Für Geschnetzelttes:

- 600 g Kalbfleisch
- 250 g Champignons
- 100 g Zwiebel
- 100 g Butter
- 200 ml Sahne
- 125 ml Weißwein
- Petersilie
- Salz, Pfeffer, Mehl

Rösti:

- 1 kg Kartoffel
- 100 g Butter
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

Rösti

Kartoffeln schälen. Grob reiben und salzen. 10 Minuten ziehen lassen. Etwas ausdrücken, nicht all zu viel, Masse sollte etwas feucht sein. Mit Pfeffer würzen.

Rösti formen und in der Pfanne anbraten. Optional vor dem Servieren im Ofen bei 80 Grad warmhalten

Gesnnetzelttes

Petersilie hacken. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Pilze putzen, Stielende abschneiden, Pilze in Scheiben schneiden. Das Fleisch quer der Faser in Scheiben schneiden (je dünner desto zarter). Die Fleischscheiben in fingerbreite Streifen schneiden. Fleisch in der Pfanne anbraten (zur Not auf 2 oder 3 mal). Wenn das Fleisch eine hellgelbe Farbe hat, mit etwas Mehl bestreuen.. Fleisch aus der Pfanne nehmen und Beiseite stellen. Zwiebeln und Pilze in der Pfanne anschwitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen, Petersilie dazu geben. Das Fleisch jetzt erst mit Salz und Pfeffer abschmecken und in die Soße geben und mindestens eine Minute kochen lassen

„Das Rezept ist Teil eines drei-Gänge-Menüs der Feuerwehr bei einem Online-Kochevent während der Coronazeit.“

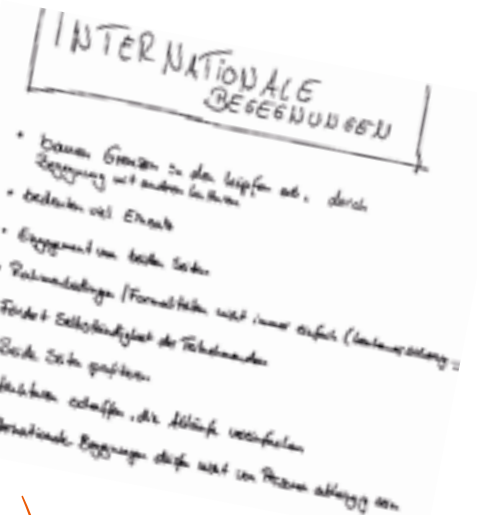


Wir können die Probleme in Europa nur gemeinsam lösen, Kleinstaaterei führt nur zu weiteren Problemen.

„WIR IN EUROPA!“



Im Rahmen des 13. Landesfeuerwehrtages in Kehl findet das Symposium „Europa bewegend erfahren und begreifen“ statt. Dieses jugendgerecht gestaltete, etwas andere Symposium, lockt viele Besucher an. So besprechen und diskutieren an diesem Tag Kinder, Jugendliche und Erwachsene bis zum Senior, was sie unter Europa verstehen, was gut, was weniger gut an Europa ist und was sie sich für die Zukunft wünschen. Das Symposium wird in Form eines Barcamps durchgeführt.



Wir verlosen an alle interessierten Jugendlichen 10 Interrailtickets und laden diese ein, in den Sommerferien Europa zu bereisen, kennenzulernen und ihre Eindrücke und Erfahrungen über die sozialen Medien mit uns zu teilen.



Weiter auf Seite 107

Auf Einladung waren wir mit unserem Projekt "Wir in Europa" beim Bürgerfest des Bundespräsidenten eingeladen. Über seinen Besuch und seine Beteiligung bei der Mitmachaktion haben wir uns sehr gefreut und hat einen bleibenden Eindruck hinterlassen.





SÜSSSPEISEN



Foto: freepik.com - freepik

Mousse à l'Europe

Karin Scheiffele, Ministerialdirigentin, Leiterin der Abteilung für „Bevölkerungsschutz und Krisenmanagement“ im Innenministerium Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

- 150g Zartbitterschokolade
- 2 EL Milch
- 1 Blatt (weiße) Gelatine
- 2 Eigelb
- 2 Eiweiß
- 1 Becher Sahne (200g)
- Anmerkung: wird der Schokoladenanteil erhöht, kann auf die Gelatine verzichtet werden (Vegetarisch)

Zubereitung

Schokolade und Milch im Wasserbad schmelzen, dann Gelatine einrühren und etwas abkühlen lassen. Eigelb unterrühren, steif geschlagenen Eischnee unterrühren und die geschlagene Sahne unterheben. Kaltstellen (1/2 Tag) und genießen :-).
Dazu passen frische Beeren

„Das Rezept schmeckt länderübergreifend – mit französischem Ursprung, belgischer Schokolade, südländischen und baden-württembergischer Sahne ein europäischer Alles-Köner. Und verbindet - frei nach Charles Dickens: Nichts ist wertvoller als ein guter Freund, außer ein Freund mit Schokolade.“



Frieden und Stabilität - das Motto "In Vielfalt geeint" gilt heute mehr denn je. Dafür wünsche ich uns Offenheit im Austausch, Klarheit in der Haltung und Mut, für die gemeinsamen Werte einzustehen. Dabei sind wir alle gefragt.



Zwetschgen-Crumble

Daniel (36), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

- Ca. 1kg Zwetschgen oder andere Früchte (Äpfel, Mirabellen, ...)

Zutaten für die Streusel:

- 170g Mehl
- 85g Zucker
- 100g Butter, zimmerwarme
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 TL Zimt

Zubereitung

Den Backofen auf ca. 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Früchte entkernen und in einer Auflaufform aufschichten.

Die Zutaten für die Streusel in eine Schüssel geben und miteinander verkneten. Den Teig dann so lange kneten, bis er bröselig wird und Streusel entstehen.

Die Streusel über die Früchte geben und bei 180°C Ober-/Unterhitze ca. 45 Minuten backen. Mit einer Kugel Vanille-Eis servieren.

„Das Rezept ist ein leckerer Nachtisch, der sich mit beliebigen saisonalen Früchten zubereiten lässt. Ich mache diesen sehr gerne da ich Streusel in Kombination mit Obst und Eis sehr gerne esse.“



Frieden und eine faire Zusammenarbeit der Länder



Apfelküchle mit Vanillesoße

Michael (56), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

- Apfelküchle
- 2 Äpfel
- 2 Eier
- 125 g Mehl
- 125 ml Bier
- Zimt, Vanillezucker, Öl

Vanillesoße

- 250 ml Sahne
- 2 Eigelb
- Vanilleschote, Zucker

Zubereitung

Apfelküchle
Mehl sieben. Vanillezucker, Salz und Eier mit Mehl vermischen. Bier untermischen. Äpfel waschen und entkernen. Apfel in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Apfelscheiben in Teig tunken. Etwas abtropfen lassen. In heißem Öl 4-5 Minuten goldbraun ausbacken

Vanillesoße

(man kann natürlich auch fertige Soße kaufen. Für das Geschmackserlebnis lohnt es sich die Soße selbst zu kochen).
Vanilleschote aufschneiden und Mark herauskratzen. Vanilleschoten, Mark, Zucker und Sahne in einen Topf geben. Aufkochen lassen und 10 Minuten ziehen lassen. Vanilleschote herausnehmen. Eigelb verquirlen. Zur Sahnemischung hinzugeben. Das ganze nochmal vorsichtig ERWÄMEN (nicht kochen). Soße in Kühlschrank stellen. Servieren und genießen.

„Die Nachspeise war Teil eines Drei-Gänge-Menü eines online-Kochevent der Feuerwehr während der Corona-Pandemie.“



Foto: freepik.com - fahwasser

Ofenschlupfer

Guido Wolf, Landtagsabgeordneter Baden-Württemberg

Zutaten für 4 Personen

- 2 alte Weckle oder Weißbrot
- 2-3 Äpfel
- 0,5 Liter Milch
- 3 Eier
- 3 Esslöffel Zucker
- 0,5 Teelöffel Zimt
- Semmelbrösel
- Butterflöckchen

Zubereitung

Weckle/Brot in dünne Scheiben schneiden.
Äpfel schälen und entkernen, danach in dünne Scheiben schneiden.
Weckle/Brot und Äpfel im Wechsel in eine gefettete Auflaufform schichten, sodass die oberste Schicht aus Weckle/Brot besteht.
Milch, Eier, Zucker und Zimt miteinander verrühren und über die Schichten in der Auflaufform gießen.
Mit Semmelbrösel und Butterflöckchen bestreuen.
Bei 175 Grad 1 Stunde im Backofen backen.
Dazu schmeckt Vanillesoße besonders gut!

„Der Ofenschlupfer ist ein Rezeptklassiker aus meiner schwäbischen Heimat, aber er ist genauso auch in vielen anderen Regionen Europas bekannt – nur eben unter anderem Namen. In Österreich z.B. heißt das Gericht „Scheiterhaufen“ und in Tschechien „žemlovka“.“



Damit Europa weiterhin ein Erfolgsmodell sein kann, müssen wir alle zu dessen Gelingen beitragen. Ganz entgegen dem Spruch „viele Köche verderben den Brei“ ist es für unser europäisches Rezept dringend notwendig, dass möglichst viele mitmachen. Nur gemeinsam können wir als Europa auf der globalen Bühne mitspielen und unsere Interessen vertreten. Europa gibt uns Sicherheit und Wohlstand. Vieles ist nur dank dem heutigen Europa möglich, z.B. Reisefreiheit, Jugendaustausch, Handelsbeziehungen und gegenseitige Unterstützung. Um dies zu erhalten, müssen wir uns auch künftig zur europäischen Idee bekennen. Kurzum: Die Hauptzutat muss „miteinander statt gegeneinander“ sein.



Weintrauben Schichtdessert mit Cookies

Mia (15), Ziegelhausen

Zutaten für 4 Personen

- 1kg Weintrauben, kernlos
- 250g Quark
- 250g Mascarpone
- 250g Schlagsahne
- 2 Pck. (American) Cookies
- 1 Pck. Vanillinzucker
- 100g Zucker

Zubereitung

Die Schlagsahne steif schlagen, aus Quark, Mascarpone und Zucker eine Creme zubereiten und mit der Schlagsahne verrühren. Die (American) Cookies zerbröseln. In eine Schüssel die Hälfte der Weintrauben geben, darüber die Hälfte der Creme verteilen, darauf die Hälfte der zerbröselten Cookies. Danach wird alles nochmal in gleicher Reihenfolge geschichtet. Wenn es fertig ist, ca. 1 Stunde ruhen lassen .

„Dieses Dessert gibt es in unserer Familie immer zu feierlichen Anlässen. Zudem ist es mein Lieblingsdessert.“



Schoko-Pudding

Lias (10), Bönningheim

Zutaten für 4 Personen

- 500ml Milch
- 40g Zucker
- 1 Ei (Gr. M)
- 40g Speisestärke
- 2 EL Backkakao
- 1 Prise Salz
- 20g gehackte Zartbitterkuvertüre

Zubereitung

Circa zwei Drittel der Milch in einem kleinen Topf erwärmen. Die restliche Milch mit Zucker, einem Ei, Speisestärke und Kakaopulver glattrühren.

Salz in die Mischung hinzugeben. Die Milch aufkochen lassen und die Masse in einem hinzufügen und alles kräftig umrühren.

Die Zartbitterkuvertüre in den noch heißen Pudding rühren und schmelzen lassen. Den Pudding im heißen Zustand in die Förmchen füllen. Dann etwas abkühlen lassen.

„Ich habe das Rezept von meiner Mama bekommen, da man hier auch die "alten" Osterhasen und Weihnachtsmänner verarbeiten kann. Dazu einfach den Zucker und die Zartbitterkuvertüre durch 100g Osterhase/Weihnachtsmann ersetzen. Schmeckt superlecker! Pudding schmeckt warm und kalt.“



Vogelmilch mit Schneenockerln

Raimund (13), Mundelsheim

Zutaten für 4 Personen

- 1 l Milch,
- 1 Vanilleschote
- 4 Eier
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 4 EL Zucker, 1 EL Speisestärke

„Meine Familie hat im Banat in Rumänien gewohnt und da gab es dieses Rezept immer an Geburtstagen.“



Frieden, Zusammenarbeit, Liebe

Zubereitung

Milch mit Vanilleschote im offenen Topf zum Kochen bringen.

Eiweiß mit Vanillezucker zu steifem Schnee schlagen.

Mit einem Esslöffel kleine Nockerl abstechen und in die kochende Milch geben. Wenn die Nockerl anschwellen und an die Oberfläche kommen, wenden, dann herausnehmen und in eine Schüssel legen.

In einem Topf Eigelb mit Zucker schaumig rühren. Speisestärke zufügen, verrühren, dann auf dem Herd bei schwacher Hitze unter ständigem Rühren die heiße Milch langsam zugießen. Wenn die Masse dick zu werden beginnt, vom Herd nehmen und weiter-rühren, bis sie nur noch lauwarm ist. Die Vogelmilch in Schüsseln oder Tassen füllen und die Schneenockerl hineinlegen.



Fruchteis

Raimund (13), Mundelsheim

Zutaten für 4 Personen

- 500 g frische Früchte
- 200 g Zucker
- 500 ml Sahne
- 1 Päckchen Vanilinzucker
- Saft einer 1/2 Zitrone

„Dieses Rezept kommt es dem rumänischem Ort Banat und wurde im Sommer hergestellt.“



Freiheit, Liebe, Gerechtigkeit

Zubereitung

Früchte reinigen, grob zerschneiden und durch ein feines Sieb streichen. Zucker und Zitronensaft zufügen und so lange rühren, bis sich der Zucker ganz aufgelöst hat. Sahne mit Vanillezucker steif schlagen und unter die Fruchtmasse mischen. Man kann auch noch einige Fruchtstückchen zufügen und in einer Form einfrieren. Mit frischen Früchten und Schlagsahne garnieren.



Salam de biscuiți

Jugendfeuerwehr Zimmern o.R.

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Butterkekse
- 250 ml-300ml Milch
- 150 g Butter
- 5EL Zucker
- 100 g Rosinen
- 100 g Walnüsse
- 20 ml Rum Aroma
- ca. 2-3 EL Kakaopulver
- 500 g Rahat (Fruchtzuckergelee der Marke FELEACUL)

Zubereitung

Kekse, Walnusskerne zerkleinern und in einer größeren Schüssel bereithalten.

Das Rahat in feine Streifen schneiden und ebenfalls bereithalten.

Die Milch erhitzen, bis sie leicht köchelt.

Zucker, Butter, Kakao und Rahat dazugeben.

Wenn die Butter und das Rahat verschmolzen sind, die Flüssigkeit etwas abkühlen lassen.

Rum-Aroma unterrühren.

Alles zu den Keksen und Walnusskernen schütten und gut vermischen.

Aus der Masse 4 – 5 Rollen formen, in Frischhaltefolie einwickeln und kalt stellen.

„Das Rezept kommt aus Rumänien. Es ist sehr lecker und kann als Nachspeise oder so zum zwischendurch naschen verwendet werden. Wir haben diese Leckerei anlässlich zu einem Kreiszeitlager, welches unter dem Motto Europa stand und wir das Land Rumänien vertreten haben, gemacht und gemeinsam gegessen.“



Europa bedeutet für uns Frieden, Freiheit und Gemeinschaft. Nur wenn wir zusammenhalten und Frieden schließen können wir in einer uneingeschränkten Freiheit leben.

„WIR IN EUROPA!“

Weiter auf Seite 133

Februar 2024
Europawahl - Deine Stimme zählt

Schön, dass unsere Forderung zur Absenkung des Wahlalters aufgegriffen wurde und nunmehr Jugendliche ab 16 Jahren wahlberechtigt sind. Darauf wollen wir aufmerksam machen und die Jugendlichen dazu ermutigen, Ihre Stimme abzugeben.

Dezember 2023

ES ENTSTEHT EIN JUGENDGERECHTES, EUROPÄISCHES KOCHBUCH. DAZU SIND DERZEIT ALLE KINDER UND JUGENDLICHEN AUFGERUFEN, DIE REZEPTE IHRER EUROPÄISCHEN LIEBLINGSGERICHTE EINZUREICHEN.

Rezeptbuch „Unsere Rezepte für Europa“

Der Landesjugendfeuerwehrausschuss hat erste Rezepte in seiner Jahresabschlussklausur bereits selbst gekocht und gegessen.

Alle Rezepte gibt es auch online



KUCHEN UND GEBÄCK



KUCHEN UND GEBÄCK



Präsidenten- oder Weihnachtskuchen (von Konrad Adenauer)

Dr. Norbert Lammert, Bundestagspräsident a.D., Vorsitzender der Konrad-Adenauer-Stiftung

Zutaten für 4 Personen

- 250g Butter
- 200g Zucker
- 500g Mehl
- 6-8 Eier
- 2 EL Öl
- 1 Packung Backpulver
- 250g Rosinen
- 100g Korinthen
- 100g Orangeat
- 100g Zitronat
- 100g feingehackte Haselnüsse
- 100g feingehackte Mandeln
- 1 Tafel herbe Schokolade
- 1 guter Schuss Cognac oder Rum

Zubereitung

Nüsse, Mandeln, Korinthen, Rosinen, Orangeat und Zitronat in einer Schüssel mischen und Cognac darüber gießen, zugedeckt stehen lassen. Aus Butter, Zucker, ganzen Eiern und dem mit Backpulver vermischten Mehl einen Rührteig verarbeiten. Zum Schluss das Öl dazu. Dann die vorbereiteten Zutaten unterrühren. Zum Schluss die feingeschnittene Schokolade unterheben. In vorgeheiztem (100°C) Backofen 60-75 Minuten bei 180 °C backen. Mit einer Spicknadel Garprobe machen (da durch die vielen Zutaten ziemlich schwerer Teig).

„Konrad Adenauer war immer wieder für Überraschungen gut. Das gilt für seine legendären Erfindungen, aber auch für seine Lieblingsrezepte wie den Präsidenten- oder Weihnachtskuchen.“



„Europa ist nicht nur eine geografische Bezeichnung. Europa ist mehr als ein Zusammenschluss von Nationalstaaten, mehr als ein Markt, mehr als eine Wirtschaftsgemeinschaft. Europa ist eine Idee: eine Vorstellung von der Selbstverantwortung des Menschen und von der Notwendigkeit und Möglichkeit der staatlichen Organisation des Umgangs selbstverantwortlicher Menschen miteinander. Nur ein solches Europa rechtfertigt die Anstrengungen, die der Zusammenschluss von Nationalstaaten mit einer jeweils ehrwürdigen jahrhundertealten Geschichte unvermeidlich macht.“



Ludwigsburger Kirschenmichel

Jens (54), Remseck am Neckar

Zutaten für 4 Personen

- 8 trockene Brötchen oder 400g Weißbrot
- 1/4l Milch
- 70g Margarine
- 100g Zucker
- 4 Eier (nur Eigelb)
- 1 TL Zimt
- Zitronenschale von 1/2 unbehandelten Zitrone
- 50g gemahlene Nüsse
- 1kg Kirschen
- Butter
- Semmelbrösel

Zubereitung

Milch erhitzen. Brötchen oder Brot in Scheiben schneiden, mit der heißen Milch übergießen und quellen lassen. Eiweiß und Eigelb trennen. Margarine, Zucker und das Eigelb schaumig rühren und mit Zimt und der Zitronenschale vermischen.

Die Eimasse mit den Brötchen und den Nüssen verrühren. Kirschen untermischen. Eine Auflaufform einfetten und mit Semmelbröseln ausstreuen. Kirschenmasse einfüllen, mit Butterflöckchen belegen und im Backofen backen.

Backzeit:

50-60 Minuten bei 180-200 Grad Celsius bei Ober-/Unterhitze

45-50 Minuten bei 160 Grad Celsius bei Umluft

Varianten:

Statt Kirschen kann man auch die gleiche Menge kleingeschnittene Äpfel verwenden. Wir wollen diesen Auflauf, der auch kalt sehr gut schmeckt, Apfelpeter nennen.

„Dieses Rezept eignet sich wunderbar zur Resteverwertung von alten Brötchen im Zeltlager. Der Kirschenmichel kommt bei den Kids sehr gut an, egal ob zum Frühstück oder am Nachmittag. Das Rezept hat sich auf Zeltlagern wunderbar bewährt, egal wo in Europa.“



Auch die Liebe zu Europa geht durch den Magen!



Feuerwehrgebäck Spezial mit „Roten Flammen“

Dr. Andreas Schwab, Abgeordneter des Europäischen Parlamentes

Zutaten für 4 Personen

- 4 Eier
- 200g Zucker
- 250g Ricotta
- 1 Päckchen Hefe
- 150g Mehl
- 50g Butter oder 4-5 EL Öl
- 1-2 Orange

Zubereitung

Zucker mit dem Eigelb vermengen. Etwas Öl oder Butter hinzufügen. Den Ricotta unterheben. Das Mehl mit der Hefe vermischen und dazugeben. Das steifgeschlagene Eiweiß am Ende unterheben. Die Masse in die eingefettete Backform geben. Die Orange gut abwaschen, in Scheiben schneiden und auf dem Teig platzieren. Im vorgeheizten Ofen für 30-35 Minuten bei 175 Grad Celsius backen.

Die Orangen nicht schälen. Man sollte Bio-Orangen nehmen! Die Schalen sind etwas bitter, aber das ist eben der Geschmackseffekt.



Für Baden-Württemberg gibt es keine bessere Idee als Europa. Damit Europa auch zukünftig gelingt, müssen wir den Bürgern den spürbaren Vorteil eines gemeinsamen Europas klar aufzeigen. Dazu zählt der europäische Binnenmarkt als Garant für unseren wirtschaftlichen Wohlstand. Er bringt 450 Millionen Europäern Zugang zu Waren, Dienstleistungen, Arbeitsplätzen, Geschäftsmöglichkeiten und zum kulturellen Reichtum der 27 Mitgliedstaaten. Den Binnenmarkt auf der Höhe der Zeit und unsere europäische Wirtschaft wettbewerbsfähig zu halten, ist eine der wichtigsten Herausforderungen der kommenden Jahre. Dafür setze ich mich weiterhin gerne ein!



Triple Chocolate Chip Cookies

Lillien (16), Wiernsheim

Zutaten für 4 Personen

- 150 g weiche Butter
- 130 g brauner Zucker
- 70 g weißer Zucker
- 1 Ei
- 1 Prise Salz
- Etwas Vanilleextrakt
- 150 g Mehl
- 40 g Kakao
- Halbes Päckchen Backpulver
- 60 g Zartbitterschokolade
- 60 g weiße Schokolade
- 60 g Vollmilch Schokolade

Zubereitung

Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Cookies müssen ca. 12-15 min je nach Gefühl in den Ofen.

Die weiche Butter mit den beiden Zuckersorten sowie Ei, Salz und dem Vanilleextrakt cremig rühren.

In einem separaten Gefäß, währenddessen das Mehl, Kakao und das Backpulver mischen und anschließend zu der Butter-Zucker Masse geben bis ein glatter Teig

entsteht. Die grob gehackte Schokolade hinzugeben und unterrühren und den Teig in Kügelchen Formen und mit genügend Platz auf einem Backblech verteilen.

Bereite am besten zwei Backbleche mit Backpapier vor, da die Cookies nachdem die in Ofen waren erstmals ein paar Minuten auf dem Blech auskühlen müssen um sie anschließend problemlos auf ein Küchengitter zum vollständigen auskühlen zu legen.

Anmerkung: Das Mehl sieben, damit ggf. Fremdkörper entfernt werden und der Teig wird dadurch lockerer



Süße Frischkäsehörnchen

Sebastian (14), Mannheim

Zutaten für 4 Personen

- 250g körniger Frischkäse, ungesalzen
- 120g Zucker
- 100g Butter, Zimmertemperatur
- 300g Mehl
- eine Packung Backpulver
- eine Packung Vanillezucker
- 2 Eigelb

Zubereitung

Mehl, Zucker, Frischkäse, sowie Backpulver und Vanillezucker miteinander vermischen. Anschließend Butter und das Eigelb hinzufügen, bis ein nicht allzu klebriger Teig entsteht.

Den Teig zu zwei Kugeln formen und jeweils rund ausrollen. Den ausgerollten Teig in acht "Pizzastücke" schneiden. Diese nun von der langen zur spitzen Seite rollen. Die Hörnchen noch mit Milch oder Eiklar einstreichen und im vorgeheizten Backofen bei 180°C, Umluft, für etwa 20 Minuten backen.

Nachdem die Hörnchen abgekühlt sind, kann man diese noch mit Puderzucker anrichten

„Diese Hörnchen gab es immer als man meine Oma besuchte, welche das Rezept aus Schlesien mitgebracht hat.“

Anmerkung: Guter Partysnack. Kann auch salzig zubereitet werden mit Schinkenstreifen und Rauchfleisch oder Räucherlachs. Dann nur eine Prise Zucker verwenden.“



Gemeinsame Absprache miteinander



Zucchini-blechkuchen

Frederike (12), Dettingen/ Erms

Zutaten für 4 Personen

- 3 Eier
- 300 g Zucker
- 150 ml Öl
- 300 g Mehl
- 3 TL Backpulver
- 300 g geriebene Zucchini
- 150 g gem. Nüsse
- 1 TL Zimt
- Schokoladenglasur
- Anmerkung: bei den Nüssen, darauf achten, dass sie ungesalzen sind!

Zubereitung

Eier und Zucker schaumig rühren, Öl, Mehl und Backpulver nach und nach dazugeben. Zucchini, Nüsse und Zimt unterheben. Bei 180 Grad Celsius Umluft, 25-30 min backen. Mit Schokoladenglasur garnieren.

„Schmeckt nicht nach Zucchini, sondern eher nach Nuss.“



Ich wünsche mir von Europa: Das man verschiedene Kulturen kennenlernen kann und man keinen Krieg hat/ braucht.



Linzertorte

Beate (21), Friesenheim

Zutaten für 3-4 Stück

- 500 gr. Mehl
- 1 Päck. Backpulver
- 500 gr. Gemahlene Haselnüsse
- 500 gr. Butter
- 350 gr. Zucker
- 3 Eier (mittlere)
- 4 EL Schnaps (Edelbrände zb. Kirsch, Himbeer)
- 4 EL Milch
- 1 EL Kakaopulver
- 1 TL Zimt
- Füllung: Himbeer-Johannisbeere Marmelade (säuerliche Marmeladen)
- Anmerkung: Für Kinder und Jugendliche den Schnaps weglassen.

Zubereitung

Mehl und Backpulver mischen und sieben. Butter, Eier, Zucker, Schnaps und Milch verrühren. Nach und nach Mehl, Haselnüsse und die restlichen Zutaten hinzugeben und gut vermischen, ggf. von Hand nach kneten. Teig min. eine Nacht im Kühlschrank kühlen. Den kalten Teig ausrollen, und in eine Form legen. Die

Marmelade drauf verteilen und mit Ausstecher oder einem Gitter aus Teig verschönern. Mit einem Eigelb bestreichen und ab in den Ofen. Bei 160-170° Umluft ca. 30 Min. Backen.

„Das Rezept stammt aus einem selbstgeschriebenen Kochbuch aus dem 19. Jahrhundert. Ich lernte es von meiner Oma, die es von ihrer Oma gelernt hat, also ein altes Familienrezept, das von Generation zu Generation gereicht wurde. Die selbstgemachten Linzertorten dürfen bei keinem Kaffee in der Adventszeit fehlen.“



Gegeneinander zerstören wir vieles, nebeneinander können wir manches, miteinander können wir vieles.



Waffeln mit Zuckerperlen

Julia (15), Bühlertal

Zutaten für 8 Stück

- 125g Margarine
- 125g Zucker
- 1TL abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 2 Eier
- 250g Mehl
- 2 TL Backpulver
- 100ml Milch
- 15g Zuckerperlen

Zubereitung

1. Margarine, Zucker und Bio-Zitronenschale mit den Quirlen des Handrührers gut verrühren. Eier unter Rühren zufügen. Mehl und Backpulver mischen, sieben und abwechselnd mit Milch hinzufügen.
2. Aus dem Teig esslöffelweise im heißen Waffeleisen bei mittlerer Hitze die Waffeln in ca. 4 Minuten goldbraun backen. Mit Zuckerperlen bestreuen und servieren.

„Das Rezept kam durch ein Straßenfest in unsere Familie und wir backen Waffeln bei Festen oder Geburtstagen. Es wird gemutmaßt das die allerersten Waffeln im alten Ägypten gebacken wurden. Die Zutaten waren lediglich Mehl und Wasser, ähnlich wie bei der uns bekannten Oblate. Das Ursprungsland der "modernen" Waffel ist sehr wahrscheinlich Belgien.“



Crailsheimer Horaffen

Maren (17), Crailsheim

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Mehl
- 20 g Hefe
- 200 ml lauwarme Milch
- 80 g Zucker
- 80 g Butter
- 1 Ei
- Abgeriebene Schale von ½ Zitrone

Zubereitung

Das Mehl in eine große Schüssel sieben und eine Mulde drücken. Hefe und die weiteren Zutaten hinzugeben und verkneten. Etwas Mehl darüber streuen und zugedeckt an einem warmen Ort 20 – 30 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen etwa verdoppelt hat. Danach den Teig nochmals kneten und zu Stücken á 70 g abwägen. Diese zu einem ca. 18 cm langen Strang rollen. Er sollte etwa zeigefingerdick und nach unten etwas dünner sein. Von der Mitte aus wird die Teigrolle nun zum dicken Ende hin eingeschnitten, halbiert und nach links und

rechts so weggebogen, dass ein gerundetes „W“ entsteht. Alternativ kann man einen 35 cm langen Strang rollen und in Form einer „3“ auf das Blech legen. Der Teig wird mit Ei bestrichen und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad goldbraun gebacken. Anschließend die Horaffen mit Zuckerguss glasieren.

„Die Crailsheimer Horaffen sind nicht nur das bekannteste, in seiner Form unverwechselbare Gebäck, das in Crailsheim hergestellt und angeboten wird, sondern auch das Symbol der Stadt und ihrer Bewohner. Die Horaffen haben ihren Ursprung, so die volkstümliche Überlieferung, in einer Stadtbelagerung, die angeblich über den Jahreswechsel 1379/80 hinweg stattgefunden hat.“
Weitere Infos unter: <https://www.crailsheim.de/stadt-leben/crailsheim-allgemein/geschichte/>



Hefezopf

Lisa (24), Winnenden

Zutaten für 4 Personen

- 500g Mehl,
- 20g Hefe,
- 80g Zucker,
- 1/4 Liter Milch,
- 100g Butter,
- 1 Prise Salz,
- 2 Eier,
- etwas Zitronenschale

Zubereitung

Mehl in eine Backschüssel geben, eine Vertiefung eindrücken, Hefe hineinbröckeln, einem Teelöffel Zucker dazu geben, lauwarmer Milch darauf schütten, zudecken, warmstellen und 30 Minuten gehen lassen. Nach und nach die Restlichen Zutaten wie Butter, Salz, Zucker und Zitronenabrieb hinzugeben. Zum Schluss ein Ei trennen und Eiweiß mit dem zweiten Ei zum Teig hinzugeben. Das Eigelb zur Seite stellen. Den Teig 30 Minuten gehen lassen, bis er Blasen gebildet hat.

Zum Formen des Zopfes den Teig auf die Arbeitsfläche stürzen und in der Gleichmäßige Teile aufteilen, in Würste Formen, Flechten, auf ein Backblech legen und mit dem Eigelb Einpinseln und mit Hagelzucker bestreuen.

„Dieses Hefezopf-Rezept ist ein Muss auf jeder unserer Familienfeiern und schmeckt einfach immer!“



Mini-Donuts

Kilian (11), Bönningheim

Zutaten für 4 Personen

- 100g Margarine
- 80g Zucker
- 2 Eier
- 100g Mehl
- 1/2 TL Backpulver
- 1/2 Päckchen Puddingpulver Vanille
- 50ml Pflanzendrink oder Milch
- Guss: Puderzucker, bunte Lebensmittelfarbe und Zuckerperlen

Zubereitung

Man braucht einen Donut-Maker oder ein Donut-Blech (mit Donut Ausbuchtungen). Margarine weich aufschlagen und nach und nach den Zucker einrieseln lassen. Anschließend werden die beiden Eier untergerührt, bis eine homogene Masse entsteht. Mehl, Backpulver und Puddingpulver vermengen und unter den Teig rühren. Zum Schluss wird die Milch hinzugefügt und noch kurz gerührt bis ein weicher, fluffiger Teig entsteht. Nun wird der Donut-Maker vorgeheizt (alternativ beim Backen im Blech den Backofen auf 180°C

vorheizen). Die Mulden mit etwas Öl bestreichen und mit einem Löffel den Teig einfüllen. Genau das gleiche Vorgehen auch beim Backen im Blech durchführen. Im Donut-Maker geht alles ruckzuck, nach ca. 5 min ist eine Ration fertig. Beim Backen im Blech dauert es ca. 15-20 min (dies hängt immer vom jeweiligen Backofen ab, also nicht aus den Augen lassen!).

Sobald die Donuts abgekühlt sind, kann das Verzieren beginnen. Dafür vermengt man Puderzucker nach Gefühl mit ganz wenig Wasser, bis eine zähe Masse entsteht und fügt bunte Lebensmittelfarbe hinzu. Danach werden die Donuts mit dem Zuckerguss bestrichen und mit den Zuckerperlen bestreut. Viel Spaß beim Backen :)

„Ich habe dieses Rezept selbst entdeckt, weil mir meine Eltern einen Donut-Maker geschenkt haben.“





Buttermilchwaffeln mit Erdbeerjoghurt

Leonie (9) und Marc (14), Neudenau

Zutaten für 4 Personen

Für die Waffeln:

- 120 gr. Margarine
- 50 gr. Zucker
- 1 Pr. Salz
- 4 Eier
- 250 gr. Mehl
- 2 Msp. Backpulver
- 500 ml Buttermilch

Für den Joghurt

- 500 gr. Naturjoghurt
- 500 gr. Erdbeeren

Zubereitung

Waffeln:

Margarine, Zucker, Salz in einer Schüssel schaumig rühren.

Eier, Mehl, Backpulver und Buttermilch hinzugeben und zu einem glatten Teig verrühren.

Waffeleisen erhitzen und portionsweise ausbacken.

Erdbeerjoghurt:

Erdbeeren Waschen und vierteln. Anschließend mit dem Joghurt vermengen und über die Waffeln geben.

„Wir lieben Waffeln und es ist bei uns schon fast Tradition auf jedem Weihnachtsmarkt Waffeln zu essen. Der Geruch an Waffeln erinnert uns an Weihnachten, an Gemütlichkeit, an Beisammensein, an etwas Schönes mit der Familie oder Freunden zu unternehmen.“



Lade viele Freunde zu einem leckeren Essen zu dir nach Hause ein. Nette Gespräche und das Gefühl von Freundschaft kommt von ganz allein.



Spritzgebäck

Alina, Bönningheim

Zutaten für 4 Personen

- Für ca. 70 Stück:
- 200g Butter
- 100g Zucker
- 2 Eier
- 50 ml Milch
- 100g gehackte Mandeln
- 1 Päckchen Vanillezucker
- Abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Zitrone
- Schokoladenglasur

Zubereitung

Schlag die Butter mit dem Zucker, Vanillezucker und der Zitronenschale so lange, bis der Zucker sich gelöst hat.

Gib die Eier und die Milch dazu und rühre alles schaumig. Mische das Mehl und die Mandeln zügig unter, damit der Teig nicht klebrig wird.

Fette das Blech ein und bestäube es mit Mehl. Gib den Teig portionsweise in den Spritzbeutel und spritze etwa 6 cm lange Streifen auf die Bleche.

Stelle die Bleche 6 Minuten kalt. Heize den Ofen auf 200 Grad (Umluft 175) vor und backe die Plätzchen 10 bis 15 Minuten goldgelb. Lass sie dann auskühlen.

Erwärme die Kuchenglasur und tauche die Plätzchen mit einer Seite hinein. Lass die Glasur fest werden.



Foto: freepik.com - KamranAydinov

Lebkuchen

Zutaten für 4 Personen

- 300g Puderzucker (ich nehme oft etwas weniger)
- 5 Eier
- 300g Mandeln gemahlen
- 100g Walnüsse gehackt
- 150g Citronat kleingehackt
- 150g Orangeat kleingehackt
- 100g Aprikosen (sehr kleingeschnitten)
- Lebkuchengewürz
- Oblaten 5 oder 7 cm Durchmesser

Zubereitung

Alles zu einem Teig mischen, auf die Oblaten streichen und bei 150 Grad 25 Minuten backen, kalt mit Schokolglasur bepinseln



Foto: pixabay.com - pixel1

Marmorkuchen

Quinn, Karlsdorf-Neuthard

Zutaten für 4 Personen

- 500 gr Mehl
- 200 gr Zucker
- 200 gr Butter (weich)
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Päckchen Backpulver
- 3 Eier
- 1/8 Liter Milch
- 1 Prise Salz

für den Schokoanteil am Marmorkuchen dann noch

- 2 EL Kakaopulver
- 2 EL Zucker
- 2 EL Milch)

(und 1-2 EL Kakaopulver und Zucker mehr wäre es ein leckerer Schokokuchen)

Zubereitung

Eier und Zucker/Vanillezucker schaumig schlagen.

Weiche Butter, Milch und Salz zugeben.

Mehl und Backpulver miteinander vermischen, sieben und unterrühren.

Anschließend alles mindestens 3 min auf mittlerer bis höchster Stufe rühren.

Sollte der Teig noch zu fest sein, etwas Milch nachschütten.

Gut 2/3 des Teiges in eine gefettete, mit Semmelbrösel ausgelegten Kastenbackform füllen.

Nun Kakao, Milch und Zucker zum restlichen Teig geben geben und wieder verrühren.

Diese Masse ebenfalls in die Backform geben, glattstreichen und dann mit einer Gabel spiralförmig unterziehen.

Das Ganze bei 175° Umluft oder Ober- /Unterhitze ca. 50 min backen. "Stäbchenprobe" vor dem Herausnehmen nicht vergessen :-)



Potica mit Walnüssen

Janja Kramer Stajnko, Stellvertretende Vorsitzende des slowenischen Feuerwehrverbandes

Zutaten für 4 Personen

Teig

- 1 kg Mehl
- 30 g Germ = Hefe
- 3-4 St. Eidotter
- 300 ml Milch lauwarm
- 120 g Butter
- 1 TL Salz
- 2 TL Zucker
- Fett für die Backform

Füllung

- 600-700 g Walnüsse
- 50 g Zucker
- 100-200 ml Milch
- 1 St Ei
- Zimt nach Geschmack
- Rum nach Geschmack

Zubereitung

Den Vorteig soll man an einen warmen Ort zubereiten. Das Mehl mit dem Salz vermengen und die Hefe mit Zucker, 2 EL Mehl und dem lauwarmen Wasser oder Milch vermischen. An einen warmen Ort stellen und in Ruhe aufgehen lassen.

Teig Zubereitung

In der Mitte des Mehls eine Mulde machen und die geschlagenen Eier, Hefe, geschmolzene Butter und Zucker hinzugeben. Während des Durchmischens nach und nach lauwarmer Milch hinzugeben. 15 Min. schlagen bis sich Bläschen bilden und der Teig sich von der Schüssel löst. Den Teig mit etwas Mehl bestreuen, die Schüssel mit dem Teig mit einem Tuch abdecken und an einem warmen Ort ca 1 ½ – 2 Stunden ruhen lassen.

Füllung Zubereitung

Zerkleinerte Walnüsse mit gesüßter Milch übergießen. Den Zimt zu den Walnüssen geben und untermischen. Etwas abkühlen lassen, dann 1-2 Eier daruntergeben und glatt rühren.

Backen

Den Teig 1/2 cm dick ausrollen und mit der noch warmen Füllung bestreichen. Fest zusammenrollen

und in die vorher gefettete Backform oder Potica-Modell legen. Die Potica langsam nochmal für ca. 1-2 Stunden aufgehen lassen. Im Backofen wird sie später dann noch etwas höher.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Potica vor dem Backen noch mit verquirltem Ei bestreichen. 1 Std. Backen. Wenn der Teig an der Oberseite leicht gebräunt ist, senken die Temperatur auf 175 Grad senken. Nach dem Backen noch in der Form ca. 15 Min. ausruhen lassen. Je nach Wunsch mit Zucker bestreuen. GUTEN APPETIT!

„Potica (die berühmte slowenische Nussrolle) – Festtagsgebäck aus Slowenien

Die Potica (Potice) ist die Nummer eins unter dem traditionellen Festtagsgebäck in Slowenien. Sie wird aus Hefeteig hergestellt und kann mit verschiedenen Füllungen zubereitet werden. Die slowenischen Frauen backen sie gern, auch außerhalb der Festtage. Damit verwöhnen sie ihre Familie und Gäste. Bei den Müttern und Großmüttern hat es Tradition, das Rezept und die Zubereitung an Töchter und Enkelinnen weiterzugeben.

In Slowenien kennt man mehr als 80 verschiedene Füllungen, die in den Teig eingerollt werden. Vom Einrollen stammt auch der slowenische Name Potica bzw. Povitica (das slowenische Wort poviti bedeutet so viel wie ‚einwickeln‘). Zu den typisch slowenischen Potica-Sorten zählen z.B. Mohn-, Walnuss-, Haselnuss-, Estragon-, Mohn- und Topfen-Potica.“



Rezept für Europa

„Ein gelingendes Europa besteht darin, dass wir unterschiedlich und dennoch in einem gemeinsamen Ziel vereint sind.“





Feuerwehr Sandwich

Dylan (15), Hohenfels

Zutaten für 4 Personen

- 125g filetierte Kartoffel-Streifen aus der Provence
- 1250g hauchzart geschnittene Lyoner-Streifen in Kräuternessig eingelegt
- 8 Scheiben Bauernbrot
- 2 Cabanossi
- 2 Landjäger
- 125g Essiggurken
- 110g Zwiebelringe

Zubereitung

Man legt eine Scheibe Bauernbrot auf ein Schneidebrett danach werden filetierten Kartoffeln auf das Brot gelegt.
Im nächsten Schritt werden die in Essig gelegten Lyoner Streifen mit Essiggurken vermengt und auf dem Brot verteilt dann werden zart geschnittene Zwiebelringe auf die Lyoner Streifen gelegt und nach Belieben mit Pfeffer oder Senf verfeinert.
Dann werden die Landjäger und Cabanossi verteilt, danach wird die zweite Scheibe Bauern Brot daraufgelegt und auf die Masse draufgedrückt

„Im Jugendfeuerwehrlager in unserer Küche
Wir wollten ein exklusives Sandwich machen, das voller Aromen ist und sehr lecker schmeckt.“



Gegrillter Camembert

Oliver (48), Remseck am Neckar

Zutaten für 4 Personen

- 4 Camembert (wichtig: in Holzschale verpackt)
- Weißbrot (Baguette)

Variationen zum Würzen:

- Knoblauch, Salz, Pfeffer, Thymian
- Honig, Pfeffer, Salz
- Preiselbeeren oder andere Marmelade
- Für Erwachsene: Halbierete und entkernte schwarze Oliven in den Käse drücken und mit Pastis füllen

Zubereitung

Camembert auspacken, die Holzdeckel der Verpackung als Grillschale verwenden und Camembert hineinlegen.
In den Käse oben ein Rautenmuster einritzen, oder die obere, weiße Rinde ganz entfernen. Nach Belieben würzen (Marmelade erst nach dem Grillen zugeben).
Auf dem Grill bei indirekter Hitze ca. 20 Minuten grillen. Auf dem offenen Feuer in Alufolie einschlagen.
Der Käse ist fertig, wenn er innen richtig schön flüssig ist und Fäden zieht. Das Weißbrot kann in den Käse getunkt werden.

„Das Rezept stammt von unseren französischen Freunden. Sie hatten es für uns gekocht, als wir ein gemeinsames Zeltlager bei uns in Deutschland gemacht hatten. Sehr, sehr lecker und einfach für einen schönen Abend am Lagerfeuer.“



Laugenstangen Flammkuchen-Style

Jugendfeuerwehr Mönchweiler

Zutaten für 4 Personen

- 4 Laugenstangen
- 80g Creme leicht
- 40g Schinkenwürfel
- 40g geriebener Mozzarella
- Frühlingszwiebeln

„Es ist eine leckere Alternative zu dem klassischen Flammkuchen. Man kann es gut als Mitbringsel mitbringen und ist schnell und einfach.“

Zubereitung

Die Laugenstangen auf ein Backpapier legen. Dann schneidet man die Laugenstangen von oben nach unten ein und zieht sie etwas auseinander. Dann füllt ihr in die Mulde die Creme leicht und hebt die Schinkenwürfel drauf, Frühlingszwiebeln verteilen und dann geriebenen Mozzarella obendrauf verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad Umluft ca. 15 Minuten backen.



Pizza-Schnecken

Jennifer (30), Sinzheim

Zutaten für 4 Personen

- Für den Teig
- ½ Würfel Hefe ca. 21 g
 - 150 ml lauwarmes Wasser
 - 1/2 TL Salz
 - 1 Prise Zucker
 - 30 ml Olivenöl
 - 250 g Mehl
 - Mehl zum Arbeiten
 - 150 g Emmentaler in dünnen Scheiben
 - 150 ml passierte Tomaten

Zum Würzen

- 1 TL gerebelter Oregano, Salz, Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Hefe, 1/2 TL Salz, Zucker und Olivenöl in ca. 150 ml lauwarmen Wasser auflösen und mit dem Mehl zu einem glatten, geschmeidigen Teig verkneten. Falls nötig noch ein wenig Wasser oder Mehl dazu geben. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten aufgehen lassen.

Den Teig auf einer bemehlten Fläche rechteckig ausrollen. Die Fläche mit passierten Tomaten und Käse belegen, mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Dann mit der langen Seite rollen, danach in 2-3 cm starke Rollen zuschneiden und aufs Backblech legen. Oberfläche mit bisschen Olivenöl bestreichen. An einem warmen Ort weitere ca. 30 Minuten gehen lassen.

In der Zwischenzeit den Backofen auf 210 °C Umluft vorheizen und im Ofen 15-20 Minuten backen. Schmeckt super zu Suppen oder als Mitbringsel für die Gruppenstunde.

„Das Rezept ist keins aus der Familie, aber es wurde aus vielen Rezepten so entwickelt, dass es superschnell geht und lecker schmeckt. Das Rezept kommt immer zum Einsatz, wenn etwas Herzhaftes in die Gruppenstunde meiner Jugend oder in die Aktiven Probe mitgenommen werden muss, z.B. Geburtstag oder Zeitungsbild.“



Pizzaschnecken

Zutaten für 12 Stück

- 300 g Mehl
- 42 g frische Hefe
- 1 Prise Zucker
- 100 g Kräuterschmelzkäse
- ¼ TL Salz
- 5 EL Tomatenmark
- 1 Zwiebel
- 1 Zucchini
- 50 g roher Schinken
- Pfeffer
- 1 EL getrockneter Thymian

Außerdem

- Mehl für die Arbeitsfläche
- Fett für das Blech

Zubereitung

Siebe das Mehl in eine Schüssel und drücke eine Mulde hinein. Bröckle die Hefe hinein und streue 1 Prise Zucker darüber. Schneide den Kräuterschmelzkäse in Würfel und gib ihn mit 1 Prise Salz an den Rand der

Schüssel. Gieße 150 ml lauwarmes Wasser in und um die Mulde.

Stelle mit den Knethaken des Handrührers einen glatten Hefeteig her und lass ihn mit einem Tuch abgedeckt an einem warmen Ort gehen, bis er das doppelte Volumen erreicht hat.

Rolle den Teig zu einem Rechteck (20 x 30 cm) aus. Streiche das Tomatenmark darauf, lass 1 cm Rand frei. Schäle die Zwiebeln und hacke sie klein. Wasche, trockne und putze die Zucchini und schneide sie in feine Würfel. Schneide den Schinken in feine Streifen. Verteile alles auf dem Tomatenmark und bestreue es mit Salz, Pfeffer und Thymian.

Rolle den Teig von der langen Seite her zusammen, drücke den Rand fest.

Schneide die Teigrolle in 12 Scheiben und lege sie flach auf ein gefettetes Backblech.

Heize den Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vor. Lass die Teigrollen so Minuten gehen und backe sie dann etwa 20 Minuten im Ofen.

„WIR IN
EUROPA!“

Mai 2024

JAHRESAUSFLUG
KREISJUGEND-
SPRECHER

Besuch Europaparlament

Pünktlich zur Neuwahl des Europaparlamentes führte die Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg eine Bildungsreise zum Thema Europa durch. In enger Ansprache mit den Landesjugendsprechern führte die Reise nach Straßburg in das Europaparlament. Mit Rainer Wieland, langjähriger Abgeordneter und aktuell einer der Vizepräsidenten des Europäischen Parlamentes, hatten wir einen namhaften Gastgeber. Neben einer einstündigen Diskussion über die Lage, die aktuellen Herausforderungen, aber auch die Ängste und Sorgen der Jugendlichen, führte Herr Wieland uns hinter die Kulissen des Europaparlamentes. Hier durften wir sogar in den Plenarsaal

Nach dem Besuch des Europaparlamentes besuchten wir die Caserne Ouest, die größte Feuerwache des Departments Bas-Rhin. Neben dem Besichtigen der Feuerwache und deren technische Ausstattung konnten sich die Jugendlichen, auch einen Eindruck über

die grenzüberschreitende Zusammenarbeit zwischen französischen und deutschen Feuerwehren verschaffen. Abgerundet wurde der Besuch in Straßburg mit einem Abendessen mit traditionellen elsässischen Flammkuchen.

Nach einer Nacht in einer Jugendherberge in Straßburg ging es am nächsten Tag zur nächsten Etappe. Auf Einladung besuchten wir den Europapark in Rust. Zum einen um auf dieser Reise auch ein gewisses Maß an Spaß zu haben, zum anderen auch, um mehr über Europa und seine Länder zu erfahren. So gab es eine Foto-Rallye durch den Park. Die Betreuer fotografieren in mehreren Aufgaben je ein Detail einer europäischen Sehenswürdigkeit in den Themengebieten des Europaparks. Die Teams mussten den Ort finden und davon dann davor ein Selfie machen und an die Leitung zurücksenden. Nach mehreren Runden stand die Siegergruppe fest.

Juni 2024
Leuchtturm des Projekts des Projektes „Wir in Europa“
ZIEL

Im Rahmen des Landesjugendfeuerwehrtages im Landkreis Konstanz wird das Kochbuch „Unsere Rezepte für Europa“ an die Jugendfeuerwehren und die Gäste während des „europäischen Abends“ übergeben.

Blieb immer auf
dem Laufenden





SLOWENISCHE GERICHTE

Allgemeine slowenische Rezepte

Blutwurst mit Sauerkraut

Zutaten für 4 Personen

- 2 Paar Blutwürste
- 1 Teelöffel Schmalz
- 1/2 kg Sauerkraut
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lorbeerblatt
- Salz nach Bedarf
- ein paar Pfefferkörner und ½ Teelöffel gemahlen
- 2 Esslöffel Olivenöl

Zubereitung

Fetten Sie die Pfanne mit Schweinefett ein, legen Sie die Blutwürste darauf und erhitzen Sie sie auf niedriger Temperatur. Wenn sie anfangen zu brutzeln, stechen Sie sie seitlich mit einem Zahnstocher ein. Mit einem Deckel abdecken und eine halbe Stunde backen. Nach dieser Zeit umdrehen, abdecken, die Seiten noch einmal einstechen und zugedeckt noch eine halbe Stunde backen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken, etwas Öl in einer Pfanne erhitzen (man kann auch Schmalz verwenden) und zunächst die Zwiebel darin anbraten, wenn sie glasig wird und etwas ihre Farbe verändert, dann den Knoblauch anbraten.

Wir fügen das Sauerkraut hinzu, das wir zuerst abschmecken und bei Bedarf etwas anpassen, damit es nicht zu sauer wird. Salzen (falls erforderlich), pfeffern und Lorbeerblätter und Pfefferkörner hinzufügen, mit etwas Wasser bedecken und zugedeckt weich köcheln lassen (ca. eine halbe Stunde).

Etwas Sauerkraut auf einen Teller geben, die gebackene Blutwurst darauf legen, den beim Backen der Blutwurst entstandenen Saft darübergießen und servieren.



Milchbrei (Mlečni močnik)

Zutaten für 4 Personen

- 1 Liter Milch
- 1 Ei
- 100g Mehl
- Salz

Zubereitung

Die Milch aufkochen. Während die Milch kocht, schütteln Sie das Mehl in einen Behälter, machen Sie ein Loch hinein, schlagen Sie das Ei und fügen Sie 5 Esslöffel Wasser hinzu. Das Ei verrühren und langsam unter das Mehl rühren, sodass Knödel entstehen. Die Knödeln in kochender Milch kochen. Bei mäßiger Temperatur kochen, damit es nicht klebrig wird. Weitere 15-20 Minuten kochen lassen.

Wenn das Gericht zu dick ist, fügen Sie Milch hinzu. Zum Schluss einen halben Teelöffel Salz hinzufügen. GUTEN APPETIT!



Oglar-Brot

Zutaten für 4 Personen

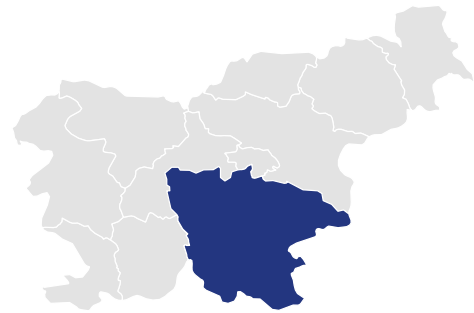
- 2 kg Weißmehl
- 200 g Roggenmehl
- 4 Esslöffel Holzkohlepulver
- Hefeaufsatz
- Milch nach Bedarf
- Salz.

Zubereitung

Zuerst das Mehl und die Holzkohle durch ein feines Sieb sieben, dann das Mehl mit der Holzkohle zu einem Kreis mit einem Loch in der Mitte formen und Salz um das Mehl streuen. Gießen Sie die Hefemischung in die Mitte und vermischen Sie den Teig. Aufgehen lassen und backen. Anbieten: z.B. mit Wurst und Zwiebeln.



Rezepte aus der Region Dolenjska



Bohnenknödel (Fižolovi štruklji)

Zutaten für 4 Personen

Bohnenfüllung

- 30 dag gekochte Bohnen
- 2 Eier
- 0,25 Bund Petersilie
- 2 dl Sauerrahm
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 2 Esslöffel Semmelbrösel

Teig

- 500 g Weißmehl
- 2 Eier
- 2 Esslöffel Öl
- 1 Esslöffel Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 4 Esslöffel Öl
- 2 dl Wasser

Zubereitung

Die Petersilie gründlich waschen und fein hacken. Schlagen Sie die Eier und geben Sie sie in eine große Schüssel. Mehl, Zitronensaft, Wasser und eine Prise Salz hinzufügen. Alle Zutaten auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Teilen Sie es in drei Teile auf, und bestreichen sie die mit Öl. Alle drei Teile in eine Schüssel geben, abdecken und etwa eine halbe Stunde ruhen lassen. Alle drei Teile auf einer bemehlten Tischdecke dünn ausrollen, die dicken Ränder abschneiden und den

Teig mit Öl bestreichen. Die gekochten Bohnen in eine Küchenmaschine geben und zu einem groben Püree mahlen.

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Das Bohnenpüree nach Geschmack salzen und pfeffern, zwei Rührer, Sauerrahm und gehackte Petersilie hinzufügen und mit Semmelbröseln andicken. Den Teig mit der Füllung bestreichen und mit Hilfe einer Tischdecke fest zu drei Rollen formen, die vorsichtig in eine gefettete Backform gelegt werden. Im vorgeheizten Ofen etwa 40 Minuten backen.

Wenn die Bohnenknödel gebacken sind, werden sie in Stücke geschnitten, auf Tellern serviert und mit einer Beilage angeboten.

GUTEN APPETIT!



Gedünsteter Brei (Dušena kaša)

Zutaten für 4 Personen

- 1/2 kg Hirsebrei,
- etwa 2 l Wasser,
- 120g Rohbutter,
- 20 kg Karotten,
- 2 Handvoll getrocknete Pilze,
- 100g Zwiebeln,
- grüne Petersilie,
- Pfeffer, Salz.

Zubereitung

Die gehackte Zwiebel in roher Butter anbraten. Gesiebte und gut gewaschene Hirsebrei hinzufügen, anbraten und bedecken es mit Wasser. Braten Sie separat eine kleine Menge rohe Butter (von der Gesamtmenge entfernen), eine geschnittene Karotte und gehackte frische oder getrocknete Pilze an. Die trockenen Pilze zunächst einweichen, bis sie weich werden. Wenn die Karotte und die Pilze gebraten sind, geben Sie sie zum Brei hinzu; Salzen, pfeffern, mischen und zugedeckt schmoren oder im Ofen backen. Vor dem Ende des Garvorgangs grüne Petersilie hinzufügen.

GUTEN APPETIT!



»Kašnata potica«

ein traditionelles slowenisches Karnevalsgericht

Zutaten für 4 Personen

Teig

- T500 g Mehl
- T25 g Hefe
- T1 dcl Öl
- T5 dcl lauwarmes Wasser
- T2 Teelöffel Zucker
- T1 Teelöffel Salz

Füllung

- T1 geräucherte Schweinehaxe
- T1/4 kg Hirsebrei
- T1/4 kg Reis
- T1 Esslöffel Fett
- T4 Knoblauchzehen
- TSalz Pfeffer
- TMajoran
- Tein Ei

Zubereitung

Kochen Sie die Schweinehaxe und schneiden Sie sie nach dem Abkühlen in Stücke. Hirsebrei und Reis werden gut gewaschen und auf das erhitzte Fett gestreut. Mit 6 dcl Wasser bedecken und die Hälfte kochen lassen. Dann den gehackten Schweinehaxe, den gehackten Knoblauch, Pfeffer, Majoran und Salz hinzufügen und gut vermischen. Aus den Teigzutaten einen geschmeidigen Hefeteig kneten. Wenn sich der Teig verdoppelt hat, kneten Sie ihn noch einmal gut durch und rollen Sie ihn auf einer bemehlten Fläche zu einem Rechteck aus. Die abgekühlte Füllung 2 bis 3 cm dick in die Mitte des Teigs geben. Die Füllung mit dem Teig einwickeln, alles vorsichtig in die Backform legen und zu einem flachen Laib flachdrücken. Nochmals 15 Minuten gehen lassen. Die Oberseite des Laibs mit verquirltem Ei bestreichen und den Teig an mehreren Stellen bis zur Unterseite durchstechen. 25 Minuten bei 180 bis 200 Grad backen oder bis die Kruste oben eine goldgelbe Farbe annimmt. GUTEN APPETIT!



Foto: Adobe Firefly

Rezept vom Land Bela krajina

»Belokranjska pogača« (Kuchen aus Bela krajina)

Zutaten für 4 Personen

- 500 g Weizenmehl
- 3 dl warmes Wasser
- etwa 2 Teelöffel oder 15 g Salz
- 20 g frische Hefe oder 7 g Trockenhefe
- ein halber Teelöffel oder 6 g Zucker
- 1 Ei (geschlagenes Ei zum Bestreichen des Kuchens)
- kneifen oder 2 g ganzer Kreuzkümmel
- kneifen oder 7 g grobes Meersalz

Zubereitung

Hefeaufsatz

Hefe, 3 Esslöffel weißes Weizenmehl, ½ dl lauwarmes Wasser und Zucker werden zu einer dickflüssigen Masse verrührt, die man gehen lässt, bis sie mehr als einmal an Volumen zunimmt.

Teig Zubereitung

Aus weißem Weizenmehl, lauwarmem Wasser und einem Hefeaufsatz wird ein Teig zubereitet, der 8 bis 10 Minuten lang geknetet wird, bzw. bis der Teig glatt und nicht zu hart ist, der Teig sollte nicht an den Händen kleben. Den Teig so lange gehen lassen, bis sich das Teigvolumen verdoppelt hat. Der Teig kann auch mit Hilfe einer Maschine zubereitet werden.

Teig formierung

Den aufgegangenen Teig auf einer gefetteten oder entsprechend ausgelegten Oberfläche verteilen. Anschließend wird der Teig mit den Händen auf einen Durchmesser von 30 cm gedehnt, auf eine Dicke von 1 bis 2 cm gedrückt, wobei die Dicke zum Rand hin abnimmt. Der Teig sollte den Rand der Form nicht berühren, der Rand des Kuchens sollte tiefer als die Mitte liegen.

Beschichten, Bestreuen und Flächenschnitten des Teiges

Nachdem der Teig auf diese Weise zubereitet wurde, werden von einer Seite zur anderen gerade Schlitze im Abstand von ca. 4 cm voneinander in den Boden der Backform geschnitten. Es sollten sieben Einschnitte vorhanden sein, einer in der Mitte und drei auf jeder Seite. Anschließend wird der Teig mit verquirltem Ei bestrichen, mit Kreuzkümmel bestreut und nochmals mit Ei bestrichen. Auf den vorbereiteten Teig wird eine Prise grobkörniges Meersalz gestreut.

Backen

Zubereitetes »Belokranjska pogača« wird im Ofen gebacken, bis es vollständig gegart ist. Bei einer Temperatur von 200–220°C 20–25 Minuten backen. Unabhängig davon empfehlen wir Ihnen, die Temperatur und Backzeit an den Ofentyp anzupassen. Belokranjska gača sollte hellbraun gebacken sein, die Kruste sollte eine einheitliche Farbe haben und knusprig sein, ohne Blasen, die Mitte sollte gleichmäßig porös sein, ohne Wasserringe, Salz- oder Mehlklumpen und sollte nicht klebrig sein. Der Kuchen sollte in der Mitte 3 bis 4 cm hoch sein, an den Rändern 1 bis 2 cm. Es sollte gleichmäßig mit Kreuzkümmel und Salz bestreut werden. Der Geruch und Geschmack sollte charakteristisch für den »Belokranjska pogače« sein, d. h. nach Kreuzkümmel und Salz.

Am besten bricht man einen frisch gebackenen »pogača« mit Freunden! GUTEN APPETIT!



Rezepte aus der Kärntner Region (Koroška)

Kärntner Hüttenkäse mit Kürbis-kernöl

Zutaten für 6 Personen

- 500 g saftiger Hüttenkäse
- 1 dl hochwertiges Kürbisöl
- Kärntner Roggenbrot
- 1 rote Zwiebel
- Salz

Zubereitung

Den Hüttenkäse leicht salzen und mit Löffel auf das Brot legen (oder für mehrere Personen zusammen mit weiteren Scheiben Kärntner Roggenbrot auf ein Porzellantablett).

Die rote Zwiebel schälen, in Halbmonde schneiden und zwei oder drei davon auf den Hüttenkäse legen, mit Kürbisöl beträufeln und sofort servieren. Bei Bedarf Salz hinzufügen.

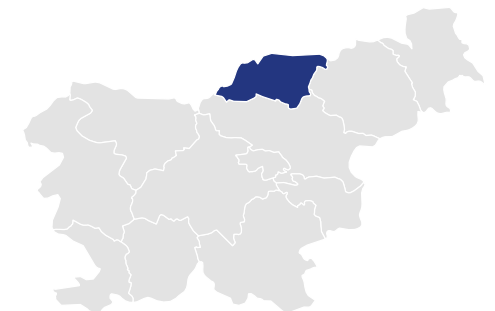


Foto: freepik.com - stockking



Foto: pixabay.com - leppikerttu

Buchweizenbrei mit Honig

Zutaten für 6-8 Personen

Teig

- 650 g Buchweizenmehl
- 100 g scharfes Weißmehl
- 6 Löffel Honig
- 4 Esslöffel Schmalz
- Salz
- 3 Liter Wasser

Zubereitung

Das gemischte Mehl unter den gesalzenen Dill rühren, sodass ein Klumpen entsteht. Wenn es zugedeckt mindestens 15 Minuten kocht, wenden Sie es um und machen Sie mit der Topfspitze vorsichtig ein bis zu 3 cm großes Loch. Abdecken und mindestens weitere 10 Minuten kochen lassen. 1 große Tasse Flüssigkeit auffangen, den Rest abgießen.

Gießen Sie das heiße Fett über den starken Klumpen und schlagen Sie mit einem Küchenmixer kräftig auf den Knorpel, der keine leichten Klumpen aufweisen sollte. Bei Bedarf die aufgesparte Flüssigkeit hinzufügen.

Zerkrümeln Sie die Knorpel mit einem Knorpelkocher und einer Gabel in eine Schüssel. Kurz vor dem Servieren mit warmem Honig beträufeln.

Gebackene gefüllte Äpfel, bedeckt mit Milch und Honig

Zutaten für 10 Personen

- 10 mittelgroße Äpfel (süß-saure Sorte, am besten Topas)
- 0,5 dl Vollmilch
- 250-300 g saftige, grob gehackte, eingeweichte, kurz gekochte getrocknete Birnen (oder entkernte Pflaumen)
- Mindestens 10 Viertel getrocknete Birnen zum Garnieren
- 1 dl Sauerrahm
- 2 Esslöffel Butter
- 3 große Löffel Blütenhonig

Zubereitung

Entfernen Sie vorsichtig die Kerne der Äpfel, ohne es anzustechen, und legen Sie sie in eine mit Butter gefettete Backform. Füllen Sie die Mitte mit grob gehackten Birnen und legen Sie die restlichen Birnen und ihre Viertel zur Dekoration auf dem Backblech zwischen die Äpfel. Gießen Sie Milch darüber, insbesondere in die Mitte der Äpfel. Auf jede Mitte einen Teelöffel Sauerrahm und 0,5 Teelöffel Butter geben und den Honig gleichmäßig auf den Äpfeln und der Milch verteilen.

Lauwarm servieren, indem man die entstandene Soße über die Äpfel gießt und mit einer viertel Birne garniert. GUTEN APPETIT!



Foto: freepik.com - freepik



Foto: freepik.com - freepik

Kärntner Roggenbrot

Roggenbrot, nach altem Rezept mit hausgemachtem Sauerteig (Hefe) zubereitet, wird meist morgens gebacken. Roggenbrot hat immer die Form eines Laibs und wiegt zwischen drei und vier Kilogramm. Das Brotbacken von Hand erfordert viel Wissen, Geschick und körperliche Fitness.

Zutaten für 9 Brote

Bohnenfüllung

- 20 kg Roggenmehl
- 500g Hefeaufsatz
- 500g Salz
- 15 l lauwarmes Wasser

Zubereitung

Wir weichen die Trockenhefe ein, fügen das Mehl hinzu, schlagen es und lassen es über Nacht an einem warmen Ort stehen, um es zu aktivieren. So erhalten wir die »razmes« (Hefemischung). Am nächsten Morgen Salz unter das Mehl mischen, die Hefemischung dazugeben und den Teig mit lauwarmem Wasser verkneten.

Etwa eine Stunde lang kneten, bis der Teig glatt ist und sich leicht von den Händen lösen lässt. Den Teig

abdecken und eine gute Stunde gehen lassen. Drei bis vier Kilogramm des aufgegangenen Teigs werden in eine »Krnica« (Holzbehälter) gegeben, in der er durch sanftes Werfen geformt wird, und dann in bemehlte Strohbehälter (»krustanka, pletra«) gegeben, damit der Teig wieder aufgeht. Drehen Sie die aufgegangenen Brote auf einen Rost, schneiden Sie sie dreimal mit einem Messer ein und legen Sie sie in den Brotbackofen.

Schließen Sie den Ofen und prüfen Sie nach etwa zwanzig Minuten, wie er backt. Etwa 1 Stunde backen. Nehmen Sie das gebackene Brot aus dem Ofen, reinigen Sie es mit einem Schneebesen, wischen Sie es mit einem feuchten Tuch ab und kühlen Sie es kopfüber in Strohbehältern ab.

GUTEN APPETIT!

Rezept aus der Region Istra



Mäuse mit Joghurt und Äpfeln

Zutaten für 4 Personen

- 180g Naturjoghurt
- 1 Esslöffel Rum
- 1 Ei
- 1 Beutel Vanillezucker
- 3 Esslöffel Zucker
- fein abgeriebene Zitronenschale
- 200–250 g Mehl (Natur oder Grieß)
- 0,5 Beutel Backpulver
- 1 Prise Salz
- 3 Äpfel
- Öl zum Braten
- Puderzucker zum Bestreuen

Zubereitung

Joghurt, Ei, Rum, Zitronenschale und Zucker in einer Schüssel mit einem Handrührgerät verrühren. Mehl, Backpulver und Salz in eine andere Schüssel sieben. Die gesiebten Zutaten gut vermischen und mit den feuchten Zutaten in die Schüssel geben. Äpfel schälen und grob reiben. Mischen Sie sie in die Masse, die ziemlich dick sein sollte (ggf. noch etwas Mehl hinzufügen). Erhitzen Sie das Öl in einem großen Topf auf 180 °C (wenn Sie kein Thermometer haben, können Sie sich auch helfen, indem Sie den Griff eines hölzernen Kochtopfs in das Öl tauchen. Das Öl ist heiß genug, wenn sich rundherum kleine Bläschen

bilden den Griff). Nehmen Sie einen Suppenlöffel und tauchen Sie ihn einige Sekunden lang in das erhitzte Öl. Dann den Teig mit einem Löffel auslöffeln und in das Öl geben (er rutscht leicht vom geölten Löffel). Es sollten nicht zu viele Mäuse auf einmal im Öl sein, diese bei mittlerer Temperatur braten und auf einer Seite goldbraun braten anrichten, umdrehen und auf der anderen Seite anbraten. Der Vorgang wird wiederholt, bis der gesamte Teig aufgebraucht ist. Die frittierten Mäuse mit einem Schaumlöffel aus dem Öl nehmen und auf einen mit Küchentüchern ausgelegten Teller legen. Lassen Sie das überschüssige Öl abtropfen. Die Mäuse noch warm auf einem großen Teller oder Tablett servieren, mit Puderzucker bestreuen und servieren.



Mais mit geräuchertem Fleisch (Bobiči s prekajenim mesom)

Zutaten für 4 Personen

- 400 g junge Maiskörner (bobiči)
- 250 g braune Bohnen
- Schinkenknochen oder ein Stück geräuchertes Fleisch
- 150 g Speck (Pancetta)
- 5 Knoblauchzehen
- 500 g Kartoffeln
- 150 g Karotten
- Salz
- Pfeffer
- Petersilie zum Bestreuen

Zubereitung

Die Bohnen am Vortag in Wasser einweichen. Wir lassen es abtropfen und kochen es zusammen sauber und gut gewaschener Schinkenknochen. Den Speck in Stücke schneiden und anschließend mit den geschälten Knoblauchzehen vermischen. Wenn die Bohnen halb gar sind, den jungen Mais hinzufügen, dann die Kartoffeln und die gewürfelten Karotten. Wenn alles gar ist, den Schinkenknochen aus dem Topf nehmen und das geschälte Fleisch wieder in die Suppe geben. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreuen, Mit Olivenöl beträufeln und die istrische Minestra servieren. GUTEN APPETIT!



Istrisches Fuži mit Trüffel

Zutaten für 4 Personen

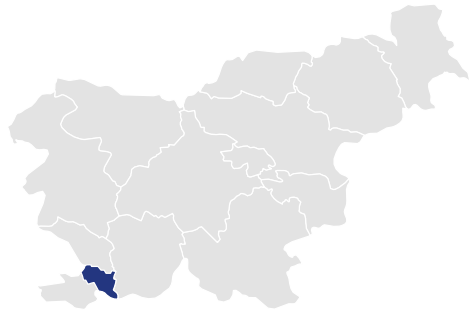
- Fuži (Nudelteig aus Istrien)
- 200 g glattes Weißmehl
- 2 Eier
- 1 Teelöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Butter
- 1 Knoblauchzehe
- Pfeffer
- 300 ml Wasser, das beim Nudelkochen eingespart wird
- 80 g Hartkäse (z. B. Parmesan)
- 3 Löffel (40 g) Trüffel

Zubereitung

Mehl und Eier in eine Schüssel geben und zu einem Teig verkneten. 30 Minuten ruhen lassen. Mit einer Nudelmaschine auf die dünnste Stufe ausrollen und dann in 4 cm große Quadrate schneiden. Legen Sie einen Bleistift in die Mitte und falten Sie den Teig über den Bleistift, sodass ein Blätterteig entsteht. Kochen Sie Fuži in kochendem Wasser etwa 3 bis 4 Minuten lang, bis sie al dente sind. Den Knoblauch in Öl und Butter in einer Pfanne anbraten. Pfeffern. Fügen Sie das beim Kochen der Nudeln aufgesparte Wasser hinzu und bringen Sie es leicht zum Kochen. Die Nudeln dazugeben, nach und nach den Käse und zuletzt den Trüffel unterrühren. GUTEN APPETIT!



Rezept vom Land Brkini



Kartoffeln im Kohl (Krompir v zevnici)

Zutaten für 4-6 Personen

- 1 kg Kartoffeln
- 500 g Sauerkraut
- Salz Pfeffer
- 3–4 Esslöffel trockene Knistern
- ein oder zwei Esslöffel Schmalz

Zubereitung

Die Kartoffeln schälen und in größere Stücke schneiden, der Länge nach vierteln, um Chips zu erhalten. Geben Sie die Kartoffeln in den Topf und kochen Sie sie nicht bis zum Ende. Gießen Sie Wasser davor und geben Sie Sauerkraut darauf, fügen Sie nur wenig (oder gar kein) Salz und Pfeffer hinzu und fügen Sie Wasser hinzu, um den Kohl zu bedecken. Wenn es kocht, bei schwacher Hitze noch eine halbe Stunde kochen lassen.

Erhitzen Sie die Knistern langsam und rühren Sie dabei das Fett ein. Wenn der Kohl und die Kartoffeln bereits auf dem Teller sind, die gebratenen Knistern hinzufügen.

GUTEN APPETIT!

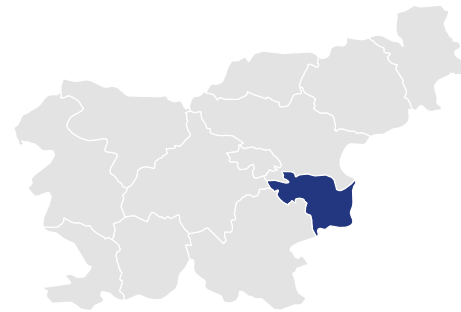
„Ein einfaches, schnelles und preiswertes One-Pot-Gericht, das gesund und für jeden geeignet ist. Es enthält weder Gluten noch Allergene und kann von Vegetariern und Veganern verzehrt werden.

Probieren Sie zuerst den Kohl. Wenn er zu sauer

erscheint, waschen Sie ihn unter Wasser. Bei der Salz-zugabe sparen wir kräftig, denn in der Regel ist Kohl schon salzig genug. „Eine solche Mahlzeit ist unser slowenisches Superfood, eine gesunde Mahlzeit, vegan, vegetarisch, glutenfrei, ohne Nüsse und andere Allergene. Sie ist ideal für moderne Hausfrauen, denn alles wird in weniger als einer Stunde in einem Topf gekocht, so gibt es.“ wenig Abwaschen.“



Rezept aus der Region Posavje



Buchweizenkuchen aus Bizeljsko

Zutaten für 4 Personen

Teig

- 60 Tage Buchweizenmehl
- 20 Tage Weißmehl
- 10-15 Tage Butter
- 6-8 dl Wasser
- Sauerrahm zum Bestreichen

Füllung

- 2 kg Hüttenkäse
- 2-3 Eier
- Salz
- 2 dcl Sauerrahm

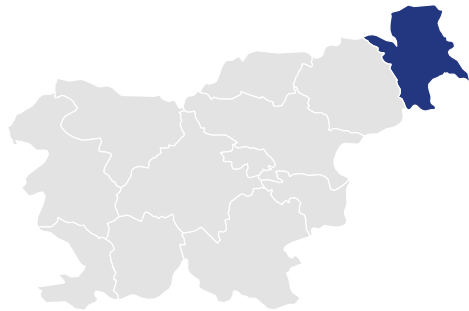
Zubereitung

Das Mehl salzen, mit kochendem Wasser dämpfen, die Masse abkühlen lassen, etwas Butter dazugeben, den Teig kneten und in zwei bis drei Teile teilen. Den Teig dünn ausrollen und mit der Füllung (aus Hüttenkäse, Eiern, Salz, Sauerrahm) bestreichen; Schneiden Sie Butterstücke über die Füllung. Dann den Kuchen wie eine Rolle ausrollen und auf ein gefettetes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und gut anderthalb Stunden backen; 20-30 Minuten bei höchster Temperatur (180°C bis 200°C) backen, dann die Temperatur reduzieren (160°C bis 170°C) und den Kuchen anschließend mit Sauerrahm bestreichen (kann zweimal sein) und backen, bis er fertig ist.

GUTEN APPETIT!



Rezept aus der Region Prekmurje



Brotkuchen mit Knistern (Postržjača)

Zutaten für 4 Personen

- 600 g Mehl für selbstgebackenes Brot
- 3,5 dl warmes Wasser
- 0,5 Würfel frische Hefe
- 0,5 Löffel Salz
- 3 Esslöffel Schmalz
- 1 Handvoll Knistern
- Mehl zum Bestäuben

Zubereitung

Lösen Sie die Hefe in warmem Wasser auf. Geben Sie das Mehl in eine große Schüssel und machen Sie in der Mitte eine Mulde, in die Sie die Hefe gießen. Das Mehl rund um die Mulde salzen. Aus den Zutaten den Teig kneten. Wenn alle Zutaten zusammengekommen sind, geben Sie den Teig aus der Schüssel auf eine saubere Arbeitsfläche und kneten Sie ihn, bis er nicht mehr an Ihren Händen und der Arbeitsfläche klebt. Den Teig zu einer Kugel formen, in eine Schüssel geben, leicht bemehlen, abdecken und an einem warmen Ort gehen lassen. Die Gehzeit des Teigs hängt von der Temperatur in der Küche ab. Den aufgegangenen Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche auf die Dicke Ihres kleinen Fingers ausrollen. Den ausgerollten Teig auf ein gefettetes Backblech legen und noch einmal gehen lassen. Heizen Sie den Ofen auf 200 Grad Celsius vor. Schieben Sie die Form mit dem aufgegangenen Teig in den vorgeheizten Ofen und backen Sie den Teig.

Nehmen Sie den gebackenen Teig aus dem Ofen und decken Sie ihn einige Minuten lang mit einem feuchten Tuch ab, um ihm mehr Frische und Zartheit zu verleihen. Schmalz und Knistern in einer erhitzten Pfanne anbraten. Den Teig mit heißem Fett einfetten. Noch warm in kleine Dreiecke schneiden und servieren. GUTEN APPETIT!

„Der Name »Postržjača« geht auf die Zeiten zurück, in denen zur Zubereitung Teig verwendet wurde, der über den Behälter (Holztrog) geschabt wurde, in dem der Brotteig geknetet wurde.“



Prekmurka gibanica (slowenischer Kuchen mit vier verschiedenen Füllungen)

Zutaten für 4 Personen

- 1 Pck. Strudelblätter
- 250 g Quark (Magerstufe)
- 100 g Puderzucker
- 1 Ei(er)
- 50 g Butter
- 3 Äpfel
- 1 Prise(n) Zimt
- 3 EL Zucker
- 2 EL Rum
- 2 EL Paniermehl
- 200 ml Milch
- 200 g Haselnüsse, gerieben
- 100 g Rohrzucker (ersatzweise Kristallzucker)
- 1 Prise(n) Zimt
- 1 EL Honig
- 200 ml Milch
- 200 g Mohn (Graumohn, gerieben)
- 100 g Zucker
- 1 Prise(n) Zimt
- 1 EL Honig
- 100 ml saure Sahne
- 2 Ei(er)
- 3 EL Öl, geschmacksneutral
- Puderzucker zum Bestreuen

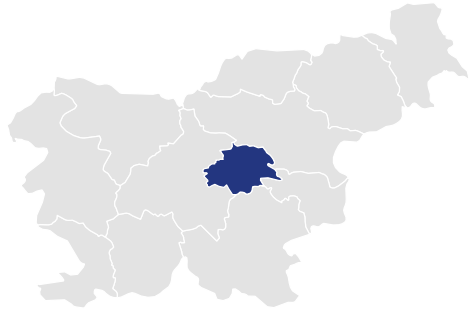
Zubereitung

Strudelteig aus der Packung nehmen. Quarkfülle: Butter mit Ei und Zucker verrühren, Quark dazumischen. Apfelfülle: Äpfel schälen und grob reiben, mit Zimt, Zucker und Rum vermischen. Nussfülle: Milch mit Zucker und Honig aufkochen, Nüsse einrühren. Beiseite stellen und abkühlen lassen. Mohnfülle: Milch mit Zucker und Honig aufkochen lassen, Mohn beifügen, einrühren, beiseite stellen und abkühlen lassen.

Eine Auflaufform, möglichst rechteckig, einfetten. Ein Blatt Strudelteig etwa in Größe der Auflaufform zuschneiden und hineinlegen. Darauf kommt ungefähr die Hälfte der ersten Fülle (nach Belieben, sinnvoll ist Mohn oder Nuss, da etwas fester). Eier und saure Sahne vermischen und zwei Esslöffel über die Fülle verteilen. Darauf kommt wieder ein Blatt Strudelteig in Größe der Auflaufform, das dann mit etwas Öl bestrichen wird. Abwechselnd mit allen Füllen so verfahren. Insgesamt hat man also acht Schichten, darauf kommt als Abschluss ein Strudelteigblatt, das wiederum mit Öl bestrichen wird. Bei 180 Grad Heißluft ca. 45 min backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. Mit einem scharfen Messer in Stücke schneiden und mit Puderzucker bestreut servieren. Im Original wird der Kuchen direkt aus dem Ofen warm serviert. Mir persönlich schmeckt er besser, wenn er einen Tag durchziehen kann und dann kalt serviert wird, dann lässt er sich auch besser schneiden. GUTEN APPETIT!



Rezept aus der Region Zasavje



Krumpantoč

Zutaten für 4 Personen

- 3 große Kartoffeln
- 10 Tage Fett oder Öl
- 1 Ei
- 2 Esslöffel scharfes Mehl
- Eine Prise Salz
- Eine Prise Pfeffer
- Eine Prise Petersilie

Zubereitung

Die rohen Kartoffeln reiben, auspressen, Salz, Ei und Mehl sowie gehackte frische Petersilie hinzufügen. Im heißen Fett (ca. 160 °C) kleine Frikadellen formen und von beiden Seiten goldbraun braten. Das Gericht kann als warme Vorspeise mit leichter Meerrettichsauce oder als Beilage zum Hauptgericht serviert werden. Wenn das Gericht als eigenständiges Gericht serviert wird, bieten wir einen Beilagensalat, Radicchio oder Löwenzahn an.

„Krumpantoč (auch Krumpentoč oder Krumpatoč) ist ein altes und unpräzises Gericht der Glasmacher.“



Funšterc

Zutaten für 4 Personen

- 25 Tage Mehl
- 2 Eier
- 2-3 dcl Wasser
- Öl (falls erforderlich)
- Eine Prise Salz
- Eine Prise Zucker

Zubereitung

Die Zutaten vermischen und verquirlen, bis eine dicke Flüssigkeit entsteht. Geben Sie etwas Öl in eine Pfannkuchenform und gießen Sie die Mischung hinein, wenn sie heiß ist, sodass ein 1–2 Finger dicker Pfannkuchen entsteht. Wenn es auf einer Seite gegart ist, wenden Sie es um und kochen Sie es auf der anderen Seite.

Das Gericht kann unabhängig von der Jahreszeit zubereitet werden. Verwenden Sie es als warme Vorspeise oder Hauptgericht in Kombination mit Fleischgerichten und Salaten. Es eignet sich auch für ein vegetarisches Menü.

„»Funšterc« oder »Knapovsko sonce« ist das berühmteste Gericht in Zasavje. In der ärmeren Variante besteht der flüssige Teig aus schwarzem Mehl, Wasser und Salz, während die luxuriösere Variante aus weißem Mehl, Milch und Eiern besteht. Anschließend muss der Teig nur noch goldbraun gebacken werden. Ein echter Funšterc sollte hell, mitteldick und sonnen-gelb sein – daher der Name »Knapovsko sonce«.“



Rezepte

VORSPEISEN

Flädessuppe	S.10
Vinaigrette Salat	S.11
Kürbis-Curry-Cremesuppe	S.12

HAUPTGERICHTE

Schwäbische Käsespätzle	S.16	Potetlomper	S.72
Schwäbische Maultaschen	S.18	Toskanische Hähnenpfanne	S.74
Rote türkische Linsensuppe	S.20	Schnüsch	S.75
Gans aus dem Bräter	S.21	Spaghetti Bolognese	S.76
Rinderbraten mit Serviettenknödel	S.22	Spätzle nach Opas Art	S.77
Zwiebelrostbraten mit Spätzle und Brösle	S.24	Vegetarische Maultaschen	S.78
Badisch-Elsässischer Flammkuchen	S.26	Maultaschen	S.80
Spaghetti Carabonara	S.27	Linsen mit Spätzle und Saiten	S.81
Flammkuchen nach Elsässer Originalrezept	S.28	Kartoffelpuffer	S.82
Gefüllte Alb-Champignons	S.29	Chilli con Carne	S.83
Gratinierter Chicoree	S.30	Himmel und Erde	S.84
Original schwäbische Linsen mit Spätzle	S.32	Züricher Leberspiessli	S.85
Pasta mit Lachs-Linsen-Soße	S.34	Schweizer Risotto	S.86
Geschmorte Bäckchen	S.35	Russische Wurstsuppe	S.87
Coq au vin	S.36	Schäufele mit schwäbischen Kartoffelsalat	S.88
Gaisburger Marsch	S.38	Sugo	S.90
Französische Miesmuscheln	S.39	Züricher Geschnetzeltes mit Rösti	S.92
Hackmack	S.40		
Königsberger Klopse	S.42	SÜSSSPEISEN	
Kässpätzle ala Zeltlager mit Tomatensalat	S.44	Mousse à l'Europe	S.96
Lichtensteiner Riebel	S.46	Zwetschgen-Crumble	S.97
Voralberger Riebel	S.47	Apfelküchle mit Vanillesoße	S.98
Liechtensteiner Käsknöpfe	S.48	Ofenschlupfer	S.99
Vorarlberger Käsknöpfe	S.49	Weitrauben-Schichtdessert	S.100
Schnitzel mit Champignonsoße	S.50	Schoko-Pudding	S.101
Italienische Tomatensauce nach Nonnas Rezept	S.52	Vogelmilch mit Schneenockerl	S.102
Gurkengemüse	S.53	Fruchteis	S.103
Bigos	S.54	Salam de biscuiti	S.104
Hähnchen mit Gemüseis	S.56		
Gyros mit Pommes und Zaziki	S.57	KUCHEN UND GEBÄCK	
Fire Burger mit Pommes	S.58	Präsidenten oder Weihnachtskuchen	S.108
Linsenbolognese	S.59	Ludwigsburger Kirschenmichel	S.110
Gulasch ungarische Art	S.60	Feuerwehr-Gebäck mit roten Flammen	S.111
Lasagne	S.62	Triple Chocolate Chip Cookies	S.112
Lasagne 2	S.64	Süße Frischkäsehörnchen	S.113
Döner	S.66	Zucchini-blechkuchen	S.114
Pizza	S.68	Linzertorte	S.115
Pfannkuchen	S.69	Waffeln mit Zuckerperlen	S.116
Rinderzunge	S.70	Craisheimer Horraffen	S.117
		Hefezopf	S.118
		Mini-Donuts	S.119
		Buttermilch-Waffeln mit Erdbeerjoghurt	S.120
		Spritzgebäck	S.121
		Lebkuchen	S.122
		Marmorkuchen	S.123
		Potica	S.124

SNACKS

Feuerwehr Sandwich	S.128
Gegrillter Camembert	S.129
Laugenstangen Flammkuchen Style	S.130
Pizza-Schnecken	S.131
Pizzaschnecken	S.132

SLOWENISCHE GERICHTE

Allgemeine slowenische Rezepte	
Blutwurst mit Sauerkraut	S.136
Milchbrei (Mlečni močnik)	S.137
Oglar-Brot	S.137

Rezepte aus der Region Dolenjska

Bohnenknödel (Fižolovi štruklji)	S.138
Gedünsteter Brei (Dušena kaša)	S.139
»Kašnata potica«	S.139

Rezept vom Land Bela krajina

»Belokranjska pogača«	S.140
-----------------------	-------

Rezepte aus der Kärntner Region (Koroška)

Kärntner Hüttenkäse mit Kürbiskernöl	S.141
Buchweizenbrei mit Honig	S.142
Gebackene gefüllte Äpfel mit Milch und Honig	S.142
Kärntner Roggenbrot	S.143

Rezept aus der Region Istra

Mäuse mit Joghurt und Äpfeln	S.144
Istrisches Fuži mit Trüffel	S.145
Mais mit geräuchertem Fleisch	S.145

Rezept vom Land Brkini

Kartoffeln im Kohl (Krompir v zevnici)	S.146
--	-------

Rezept aus der Region Posavje

Buchweizenkuchen aus Bizeljsko	S.147
--------------------------------	-------

Rezept aus der Region Prekmurje

Brotkuchen mit Knistern (Postržjača)	S.148
Prekmurka gibanica	S.149

Rezept aus der Region Zasavje

»Krupantoč«	S.150
»Funšterc«	S.151

Impressum

© 2024 Jugendfeuerwehr Baden-Württemberg

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung und Wiedergabe auf jegliche Weise nur mit schriftlicher Genehmigung der Copyright-Inhaber.
www.jugendfeuerwehr-bw.de

Herausgeber Jugendfeuerwehr
Baden-Württemberg

Autoren Einsender, Michael Schladt

Lektorat Michael Schladt

Grafische Gestaltung Anjali Lal, Paladin Design- und Werbemanufaktur, Remseck
www.agentur-paladin.de

Offset Reproduktion Paladin Design- und Werbemanufaktur, Remseck

Bildnachweis Einsender, Michael Schladt,
freepik.com, pixabay.com,
Adobe Firefly

Made in Germany, 2024

Mit finanzieller Unterstützung des Staatsministeriums Baden-Württemberg, finanziert aus Landesmitteln, die der Landtag Baden-Württemberg beschlossen hat.



Baden-Württemberg
STAATSMINISTERIUM

Der Herausgeber ist für den Inhalt allein verantwortlich.

**LASS EIN
FOLLOW DA!**



 **@JUGENDFEUERWEHR.BW**

 **@JUGENDFEUERWEHRBW**

 **0177 44 50 704**

