



WIBERG

16

**KÖSTLICHE
REZEPTE**

WOW,

**GENAU MEIN
GESCHMACK!**

**JETZT
NEUE
PRODUKTE**



WOW!



WIR NEHMEN DICH MIT IN DIE WORLD OF WIBERG

Seit 50 Jahren bringen WIBERG Gewürze mehr Geschmack und mehr Genuss in die besten Restaurants. Jetzt gibt es die Gewürze der Profis auch für zuhause. Mit jeder der kreativen neuen Gewürzmischungen zauberst du außergewöhnliche Geschmackserlebnisse. Einfach gut. Einfach schnell. Einfach anders.

Jetzt online bestellen unter: wiberg.eu/wow-shop

Rezepte



MEXICAN WRAP	5
AVOCADO-BRÖTCHEN	7
PASTA PRONTO	9
GOLDBRASSE AL FORNO	11
SPIEGELEIER	13
FOCACCIA.....	15
SCHWEINSBRATEN	17
ROTE RÜBEN/ROTE BETE	19
BEEF BURGER	21
GEGRILLTE MELONE	23
FEURIGER COUSCOUS-SALAT.....	25
BAMI GORENG	27
MANGO-CURRY	29
GEMÜSE-RAMEN	31
LAMMSTELZE UND SAFRAN-REIS	33
LINSEN-ZUCCHINI-BRATLING	35

MEXICAN WRAP

mit Guacamole

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Mexican Wrap

2 Avocados, 1 Limette (Saft), 1 Tomate,
½ rote Zwiebel, 2 Hühnerbrüste,
4 Weizen-Tortillas, 1 kleine Dose Mais,
1 kleine Dose Kidneybohnen,
½ rote Zwiebel

WIBERG Produkt: 1 EL Fiesta

TIPP:

Als vegane Alternative eignet sich statt der Hühnerbrust geräucherter Tofu perfekt.

ZUBEREITUNG

Mexican Wrap

Für die Guacamole Avocados halbieren, Kern entfernen, das Fruchtfleisch mit einem Löffel heraushöhlen und anschließend mit einer Gabel zerdrücken. Limettensaft hinzugeben. Die Tomate waschen und die Zwiebel schälen. Beides in kleine Würfel schneiden und zur Avocado geben. Die Hühnerbrust in Scheiben schneiden, saftig braten und kräftig mit Fiesta würzen. Tortillas erwärmen und mit Guacamole bestreichen. Mit den übrigen Zutaten belegen und mit Fiesta würzen. Zusammenrollen und genießen.

Garnitur: Limetten, frischer Koriander, Chilis

FIESTA

Würzmischung

Das schmeckt echt mexikanisch! Fiesta nimmt dich mit ins Land der Mariachis. Wo farbenfrohe Fähnchen die Gassen zieren, Gitarrenklänge gesellige Treffen begleiten und sich die vielfältige mexikanische Küche würzig, frisch und bunt genießen lässt. Greif zu dieser Mischung, wenn du dein Essen gerne chilischarf und würzig magst.



AVOCADO-BRÖTCHEN

mit Frischkäse und Tomaten

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Avocado-Brötchen

2 Tomaten, 4 EL Frischkäse, 2 Avocados,
4 Scheiben Schwarzbrot, 1 Pkg. Kresse,
2 EL Oliven-Öl

WIBERG Produkt: 1 EL Avocado

TIPP:

Avocados verfärben sich schnell braun? Nicht wenn man sie mit Zitrone, Limette oder etwas Essig beträufelt.

ZUBEREITUNG

Avocado-Brötchen

Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Brot mit Frischkäse bestreichen und mit Tomaten belegen. Avocados halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Brot mit dem Avocadospalten belegen, mit Kresse bestreuen und mit Oliven-Öl verfeinern. Mit Avocado Würzmischung bestreuen.

Garnitur: Kresse

AVOCADO

Würzmischung

Ganz einfach veggie! Avocado bringt die perfekte Würze mit einem Griff. Ob bunte Bowl, schmackhafte Guacamole, oder frische Rohkost, diese würzige Mischung schenkt Geschmack und bunte Farbakzente vom Frühstück bis zum Abendessen.



PASTA PRONTO

mit Kirschtomaten und Rucola

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Pasta Pronto

500 g Rigatoni, 1 EL Salz, 12 Kirschtomaten, 1 Handvoll Rucola, ½ Zitrone (Saft), 4 EL Oliven-Öl, 100 g geriebenen Parmesan

WIBERG Produkt: 1 EL Pasta/Pizza

TIPP:

Verfeinere das Gericht mit Prosciutto oder geräuchertem Lachs.

ZUBEREITUNG

Pasta Pronto

Rigatoni in reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen. Tomaten und Rucola waschen. Tomaten halbieren und unter die fertige Pasta mischen. Mit Zitronensaft, Oliven-Öl, Rucola und geriebenem Parmesan verfeinern und mit Pasta/Pizza bestreuen.

PASTA/PIZZA

Würzmischung

Ganz einfach italienisch! Pasta/Pizza bringt die perfekte Würze mit einem Griff. Hol dir mit Pasta/Pizza das sonnige Flair von „bella Italia“ auf die Teller. Verfeinere Farfalle, Penne und Spaghetti genauso wie frisch gebackene Pizza mit den besten Kräutern und Gewürzen der italienischen Küche.



GOLDBRASSE AL FORNO

mit buntem Ofengemüse

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Goldbrasse al forno

600 g Kartoffeln, 400 g Tomaten,
1 Zucchini, 2 Goldbrassen á ca. 400 g,
8 Knoblauchzehen, 8 EL Oliven-Öl,
150 g schwarze Oliven, 100 ml Weißwein
oder Wasser, 2 Zitronen (Saft)

WIBERG Produkt: 1 TL Fisch

TIPP:

Würze mit Fisch Würzmischung
immer zum Schluss, um die sensiblen
Kräuter nicht zu verbrennen.

ZUBEREITUNG

Goldbrasse al forno

Kartoffeln, Tomaten und Zucchini waschen
und in gefällige Stücke schneiden.
Goldbrassen leicht einschneiden und
zusammen mit dem Gemüse auf ein Back-
blech geben. Knoblauch schälen, halbieren
und ebenfalls hinzugeben. Mit Oliven-Öl
beträufeln. Im vorgeheizten Backrohr bei
220 °C Heißluft ca. 35 Minuten backen.
Nach 25 Minuten Oliven hinzugeben und
mit Weißwein (oder Wasser) und Zitronen-
saft ablöschen. Vor dem Servieren mit
Fisch Würzmischung kräftig abschmecken.

Garnitur: frischer Thymian

FISCH

Würzmischung

Ganz einfach maritim! Fisch bringt die
perfekte Würze mit einem Griff. Du liebst
saftigen Lachs, zarten Kabeljau oder auch
heimischen Saibling und feine Forelle?
Dann hol dir mit dieser Mischung Ge-
schmack auf die Teller. Ob gebraten,
gedämpft oder gegrillt, zarter Genuss
mit viel Geschmack ist auch für Gar-
nelen und Meeresfrüchte garantiert.



SPIEGELEIER

mit Kirschtomaten und Camembert

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Spiegeleier mit Kirschtomaten und Camembert

1 EL Butter, 12 Eier, 8 Kirschtomaten halbiert, 200 g Camembert gewürfelt

WIBERG Produkt: 2 TL BIO Ursalz Kräuter

TIPP:

Das BIO Ursalz Kräuter verfeinert sämtliche Eiergerichte und sollte auf keinem Frühstückstisch fehlen.

ZUBEREITUNG

Spiegeleier mit Kirschtomaten und Camembert

In einer Pfanne die Butter schmelzen und die aufgeschlagenen Eier vorsichtig hineingeben. Tomaten waschen, halbieren und darauf verteilen. Die Eier bei mittlerer Hitze braten, bis das Eiweiß gegart ist. Camembert darauf verteilen und noch etwas schmelzen lassen. Mit BIO Ursalz Kräuter abschmecken.

Garnitur: Salbeiblätter

BIO URSALZ KRÄUTER

Kräutersalz mit BIO Kräutern

Das schmeckt echt nach Kräutern! BIO Ursalz Kräuter nimmt dich mit auf die Kräuterwiese, wo sich grüne Halme sanft im Wind wiegen und die Bienen summen. Greif zu diesem Kräutersalz, wenn du deinem Essen eine Extraprise Bio-Kräuter schenken möchtest.



FOCACCIA

mit Kirschtomaten und Mozzarella

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Focaccia mit Kirschtomaten und Mozzarella

8 Kirschtomaten, 8 Mini-Mozzarellakugeln, 8 schwarze Oliven ohne Kern, 250 ml lauwarmes Wasser, 1 EL Zucker, 1 Pkg. frischer Germ/frische Hefe, 500 g Mehl glatt (Type 7005), 1 EL Oliven-Öl

WIBERG Produkt:

2 TL BIO Ursalz Mediterran

TIPP:

Übrig gebliebene Focaccia lässt sich gut einfrieren. Nach dem Auftauen mit ein wenig Wasser befeuchten und im vorgeheizten Backrohr bei 150 °C Ober-/Unterhitze 5 Minuten knusprig backen.

ZUBEREITUNG

Focaccia mit Kirschtomaten und Mozzarella

Tomaten halbieren. Mozzarellakugeln und Oliven ebenso halbieren. Lauwarmes Wasser mit Zucker, BIO Ursalz Mediterran sowie dem Germ/der Hefe gut verrühren. Zusammen mit dem Mehl zu einem glatten Teig verarbeiten. Zugedeckt ca. 30 Minuten lang gehen lassen, bis der Teig seine Größe fast verdoppelt hat. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche den Teig ca. 2 cm hoch ausrollen und mit den Tomaten, Mozzarellakugeln sowie den Oliven belegen. Abgedeckt, erneut ca. 30 Minuten gehen lassen. Backrohr auf 200 °C Umluft vorheizen. Mit Oliven-Öl bestreichen und im vorgeheizten Backrohr ca. 25 Minuten backen.

BIO URSALZ – mediterran inspiriert

Würzmischung mit BIO Gewürzen

Das schmeckt echt mediterran! BIO Ursalz Mediterran nimmt dich mit in den sonnigen Süden, wo sich das Leben draußen abspielt und das Mittelmeer rauscht. Greif zu diesem Gewürzsalz, wenn du deinem Essen eine ausgewogene Extraprise „Dolce Vita“ schenken möchtest.



SCHWEINSBRATEN mit Knödeln

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Schweinsbraten

1,3 kg Schweineschulter, 500 ml Wasser,
2 TL Salz, 2 Zwiebeln, 4 Karotten,
10 Knoblauchzehen, 100 ml Bier

WIBERG Produkt: 2 EL BIO Ursalz Alpin

Knödel

1 Zwiebel, 60 g Butter, 125 ml Milch,
180 g Semmelwürfel, 3 Eier,
2 EL gehackte Petersilie, Salz

WIBERG Produkt: BIO Ursalz Alpin

ZUBEREITUNG

Schweinsbraten

Die Fleischseite der Schulter am besten einige Stunden vor der Zubereitung mit BIO Ursalz Alpin einreiben. Backrohr auf 170 °C Umluft vorheizen. Wasser in eine passende Bratenform geben und das Fleisch mit der Schwarte nach unten einlegen. 30 Minuten bei Umluft braten. Anschließend das Fleisch umdrehen und die weiche Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Das Wasser abgießen und bei-

seitestellen. Jetzt die Schwarte kräftig mit Salz einreiben. Zwiebeln, Karotten und Knoblauch schälen, in grobe Stücke schneiden und zum Schweinfleisch geben. Weitere 30-40 Minuten braten. Mit Bier ablöschen und mit dem Wasser aufgießen. 1,5 Stunden weiter braten. Backrohr auf Grillfunktion oder 280 °C Oberhitze stellen und den Braten überkrusten, bis die Schwarte schön knusprig wird und im besten Fall zu platzen beginnt.

Knödel

Zwiebel kleinwürfelig schneiden und in der Butter anschwitzen. Milch hinzugeben, erwärmen und über die Semmelwürfel gießen. Kurz einweichen lassen. Eier sowie gehackte Petersilie zugeben, gut durchkneten und mit Salz würzen. Zu Knödeln formen und in wallendem, gesalzenem Wasser zugedeckt kochen.

TIPP:

Es gibt kaum zu viel Schweinsbraten: Am nächsten Tag – kalt und dünn aufgeschnitten – ist er in Kombination mit Senf und Schwarzbrot ein perfekter Snack.

BIO URSALZ – alpin inspiriert

Gewürzsalz mit BIO Gewürzen

Das schmeckt echt alpin! BIO Ursalz Alpin nimmt dich mit in die gemütliche Almhütte, wo Schweinsbraten, Gröstl und Kasnocken auf dich warten. Greif zu diesem Gewürzsalz, wenn du deinem Essen eine rustikale Extraprise Bio-Gewürze schenken möchtest.



ROTE RÜBEN/ROTE BETE

mit Ziegenkäse und Honig

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Rote Rüben/Rote Beete mit Ziegenkäse und Honig

1 kg Rote Rüben/Rote Beete,
8 EL Balsamico-Essig, 8 EL Oliven-Öl,
250 g Ziegenkäse,
100 g geröstete Walnüsse, 6 EL Honig,
100 g Vogerlsalat/Feldsalat

WIBERG Produkt: Classic BBQ

TIPP:

Die Rüben können auch einfach in Wasser gekocht und dann im Backrohr mit der Grillfunktion leicht gebräunt werden. Oder man legt die vorgarten Rüben kurz auf den heißen Grill und marinieren sie anschließend.

ZUBEREITUNG

Rote Rüben/Rote Beete mit Ziegenkäse und Honig

Backrohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rote Rüben/Rote Beete schälen und mit einer Gabel mehrmals einstechen. Anschließend mit Classic BBQ würzen und in Alufolie einwickeln. Im vorgeheizten Backrohr ca. eine Stunde backen. Sehr große Rüben sollten am besten halbiert werden. Die Rüben mit Balsamico-Essig und Oliven-Öl marinieren. Ziegenkäse, Walnüsse und den gewaschenen Vogerlsalat/Feldsalat ebenfalls daruntermischen, alles mit Honig beträufeln und über den Rüben verteilen.

CLASSIC BBQ

Gewürzsatz

Das schmeckt echt amerikanisch! Classic BBQ nimmt dich mit an den amerikanischen Grill, wo Chicken Wings, Burger und Spare Ribs brutzeln. Greif zu diesem Gewürzsatz, wenn du dein Essen kräftig-würzig mit feiner Kräuternote magst.



BEEF BURGER

mit Zwiebelmarmelade, Brie und Speck

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Beef Burger mit Brie und Speck

540 g Faschiertes/Hackfleisch vom Rind,
4 EL Speiseöl, 8 Scheiben geräucherter
Bauchspeck, 2 Tomaten, 4 grüne Salat-
blätter, 4 EL Dijonsenf, 4 Burger-Buns,
150 g Brie

WIBERG Produkt: Smoky BBQ

Zwiebelmarmelade

200 g Zwiebeln, 1 EL Butter,
30 g Kristallzucker, 50 ml Whiskey

WIBERG Produkt: Classic BBQ

TIPP:

Zwiebelmarmelade am besten
gleich auf Vorrat machen. Sie eignet
sich perfekt als Beilage zu Gegrill-
tem und ist im Kühlschrank gut
eine Woche haltbar.

ZUBEREITUNG

Beef Burger mit Brie und Speck

Faschiertes/Hackfleisch mit Smoky BBQ
würzen, gut durchkneten und zu vier
gleichmäßigen Patties formen. Im heißen
Öl saftig braten. Den Speck in einer Pfanne
ohne Fett knusprig braten. Tomaten und
Salatblätter waschen. Tomaten in Scheiben
schneiden. Dijonsenf auf den Burger-Buns
verstreichen und mit Salatblatt, Tomaten,
Patties, Brie, Speck und der Zwiebel-
marmelade belegen.

Zwiebelmarmelade

Zwiebeln schälen und in Streifen schnei-
den. Butter schmelzen und Zwiebeln darin
so lange braten, bis sie weich und
goldbraun sind. Anschließend Zucker hin-
zugeben und hell karamellisieren. Mit
Whiskey ablöschen, etwas einkochen
lassen und mit Classic BBQ abschmecken.

SMOKY BBQ

Würzmischung

Das schmeckt echt nach BBQ! Smoky BBQ
nimmt dich mit an den BBQ-Smoker, wo
ein entspannter Sommertag gesellig aus-
klingt. Greif zu dieser Würzmischung, wenn
du dein Essen chilischarf mit Rauchnote
magst.



GEGRILLTE MELONE

mit Avocados, Garnelen und Mango-Limetten-Dressing

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Gegrillte Melone mit Avocados und Garnelen

4 kleine Romana-Salate, 1 Zuckermelone, 2 Avocados, 16 rohe Riesengarnelen

WIBERG Produkt: 2 EL Fruity BBQ

Mango-Limetten-Dressing

½ Mango, 2–4 EL Wasser, 2 Limetten (Saft), 1 EL Erdnuss-Öl

WIBERG Produkt: 1 TL Fruity BBQ

TIPP:

Alternativ zu den Garnelen eignet sich auch gegrillter Halloumi-Käse perfekt.

ZUBEREITUNG

Gegrillte Melone mit Avocados und Garnelen

Salate waschen und halbieren. Zuckermelone und Avocados schälen, entkernen und in Spalten schneiden. Salat, Melonen, Avocados und Garnelen bei starker Hitze kurz angrillen und mit Fruity BBQ würzen. Mit dem Mango-Limetten-Dressing abschmecken.

Mango-Limetten-Dressing

Mango schälen, in Würfel schneiden und zusammen mit Limettensaft, Erdnuss-Öl und Wasser fein pürieren. Mit Fruity BBQ abschmecken.

FRUITY BBQ

Gewürzsalz

Das schmeckt echt temperamentvoll! Fruity BBQ nimmt dich mit an den südamerikanischen Grill, wo das Feuer im Sonnenuntergang flackert und die Lebensfreude sprüht. Greif zu diesem Gewürzsalz, wenn du dein Essen fruchtig-süß und würzig-scharf magst.



FEURIGER COUSCOUS-SALAT

mit Harissa und Minze

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Feuriger Couscous-Salat

500 g Couscous, 250 g Wasser,
250 ml Rote-Rüben-Saft/Rote-Beete-Saft,
1 EL Salz, 4 Limetten (Saft), 10 EL Oliven-Öl,
1 Fleischtomate, 1 rote Zwiebel,
8 Radieschen, 1 Salatgurke,
3 Zweige frische Minze

WIBERG Produkt: 1 EL Harissa

TIPP:

Schafskäsewürfel oder gebratene Hühnerbruststreifen veredeln diesen Salat und machen ihn zu einem vollwertigen Hauptgericht. Durch die kühlende Wirkung von Tomate, Minze und Limette eignet sich der Salat perfekt für heiße Tage.

ZUBEREITUNG

Feuriger Couscous-Salat

Die Hälfte des Couscous mit kochendem Wasser und die andere Hälfte mit kochendem Rote-Rüben-Saft/Rote-Bete-Saft übergießen. Sofort mit Salz, Harissa, Limettensaft sowie Oliven-Öl abschmecken und abkühlen lassen. Gemüse waschen. Tomaten, Zwiebel und Radieschen in Scheiben schneiden. Die Gurke würfeln. Sämtliches Gemüse sowie die Minze unter den lauwarmen Couscous mischen.

HARISSA

Würzmischung

Das schmeckt echt arabisch! Harissa nimmt dich mit in die Küchen des Maghreb, wo Kichererbsen, Datteln, Lamm und Co. im Tontopf schmoren und Couscous im Dampfgart. Greif zu Harissa, wenn du dein Essen fruchtig, scharf und würzig magst.



BAMI GORENG

mit Paprika, Brokkoli und Pak Choi

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Bami Goreng

500 g Eiernudeln, 1 roter Paprika,
1 gelber Paprika, 2 Frühlingszwiebeln,
2 rote Zwiebeln, ½ Brokkoli,
4 EL Sesam-Öl, 2 Pak Choi, 4 Eier,
6 EL Süße Sojasauce, 1 Limette (Saft),
2 EL schwarzer Sesam

WIBERG Produkt:

1–2 EL Curry Maharadscha

TIPP:

Eventuelle Reste schmecken am
Folgetag mit einem kräftigen Schuss
Limettensaft als frischer asiatischer
Nudelsalat.

ZUBEREITUNG

Bami Goreng

Eiernudeln kochen. Roten und gelben
Paprika sowie die Frühlingszwiebeln in
Ringe schneiden. Zwiebeln schälen und in
Streifen schneiden. Den Brokkoli in kleine
Röschen schneiden. Sesam-Öl in einer
beschichteten Pfanne erwärmen und
Paprika, Brokkoli und Zwiebeln darin
anschwitzen. Pak Choi ebenso mitschwit-
zen lassen. Eier als Spiegeleier braten und
darunter mengen. Zum Schluss mit Frühl-
lingszwiebeln, süßer Sojasauce, dem Saft
der Limette, schwarzem Sesam und
Curry Maharadscha verfeinern und die
Eiernudeln untermengen.

CURRY MAHARADSCHA

Gewürzzubereitung

Das schmeckt echt indisch! Curry Maha-
radscha nimmt dich mit in die Welt indischer
Dschungelpaläste, wo sich Tiger und
Elefant gute Nacht sagen. Du magst dein
Curry fruchtig und scharf? Dann greif zu
diesem kräftig roten Masala!



MANGO-CURRY

mit Cashewkernen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Mango-Curry mit Cashewkernen

2 EL Sesam-Öl, 300 ml Mangosaft, 800 ml Kokosmilch, 1 Banane, 1 Limette (Saft), 1 TL Ursalz, 1 rote Paprika, 1 Brokkoli, 1 Pkg. Erbsenschoten, 1 Mango, 1 Pkg. Sojasprossen, 150 g Cashewkerne
WIBERG Produkt: 1-2 EL Curry Maharani

TIPP:

Lässt man das Gemüse weg, erhält man im Handumdrehen eine fruchtig-würzige Suppe. Als Beilage bieten sich Reis, gekochte Eiernudeln oder frisches Naan-Brot an.

ZUBEREITUNG

Mango-Curry mit Cashewkernen

Sesam-Öl erwärmen und Curry einrühren, bis es zu duften beginnt. Mit Mangosaft und Kokosmilch aufgießen. Banane schälen, in Scheiben schneiden und hinzugeben. Weichkochen und anschließend fein pürieren. Mit Limettensaft und Salz abschmecken. Paprika würfeln, hinzugeben und 5 Minuten kochen lassen. Brokkoli und Erbsenschoten ebenfalls schneiden und zugeben. Für weitere 5 Minuten kochen lassen. Zum Schluss die geschälte und in Würfel geschnittene Mango sowie die Sprossen daruntermischen und mit den Cashewkernen bestreuen.

CURRY MAHARANI

Kräuter- und Gewürzmischung

Das schmeckt echt indisch! Curry Maharani nimmt dich mit in die Welt indischer Terrassengärten, wo sich das Leben im sanften Schatten der Palmen und Pavillons genießen lässt. Greif zu diesem sonnen-gelben Masala, wenn du dein Essen mild und fruchtig magst.



GEMÜSE-RAMEN

mit Udon-Nudeln und Pilzen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Gemüse-Ramen mit Udon-Nudeln und Pilzen

2 Eier, 300 g Udon-Nudeln, 1 roter Paprika,
150 g Shitakepilze, 150 g Erbsenschoten,
1,5 l Wasser, 1 Pkg. Sojasprossen,
4 EL Sesam-Öl, 3 EL Reiswein,
1 EL Miso-Paste

WIBERG Produkt: 2 TL Seven Spices

TIPP:

Nachdem die Miso-Paste zugegeben wurde, sollte die Suppe nicht mehr kochen, da sonst sämtliche wichtigen Inhaltsstoffe der fermentierten Paste verloren gehen.

ZUBEREITUNG

Gemüse-Ramen mit Udon-Nudeln und Pilzen

Eier sechs Minuten kochen, schälen und halbieren. Udon-Nudeln kochen. Gemüse waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Wasser mit Seven Spices erhitzen und zuerst den Paprika, dann die Shitakepilze und zuletzt die Erbsenschoten darin jeweils bissfest kochen. Zum Schluss die Eier, Udon-Nudeln, Sojasprossen, Sesam-Öl, Reiswein und die Miso-Paste hinzugeben.

SEVEN SPICES

Gewürzzubereitung

Das schmeckt echt thailändisch! Seven Spices nimmt dich mit in die Welt der schwimmenden Märkte und kleinen Garküchen, wo mitten im bunten Treiben der Stadt das Streetfood brutzelt und köchelt. Greif zu dieser Mischung, wenn du dein Essen gerne scharf und würzig-frisch magst.



LAMMSTELZE UND SAFRAN-REIS

mit orientalischem Flair

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Lammstelze mit orientalischen Aromen

2 Zwiebeln, 8 Knoblauchzehen,
150 g Karotten, 150 g Sellerie,
4 Lammstelzen, 2 EL Speiseöl,
1 EL Tomatenmark, 1 EL Kristallzucker,
3 l Wasser, Stärke nach Bedarf,
100 g getrocknete und entkernte Datteln,
100 g getrocknete Marillen, 50 g Pistazien,
50 g Gojibeeren

WIBERG Produkt: 2 EL Orient

Safran-Reis

750 ml Wasser, 1 Msp. Safran,
1 TL Salz, 500 g Jasminreis

WIBERG Produkt: 1 Msp. Harissa

TIPP:

Als Alternative zum Lammfleisch eignen sich ebenso Rinderbacken oder Hühnerkeulen.

ZUBEREITUNG

Lammstelze mit orientalischen Aromen

Zwiebeln, Knoblauch, Karotten und Sellerie schälen und in grobe Stücke schneiden. Mit den Lammstelzen in heißem Öl von allen Seiten anbraten. Tomatenmark mitrösten, Zucker hinzugeben und karamellisieren lassen. Mit Wasser aufgießen und die Lammstelzen zugedeckt ca. 1,5–2 Stunden weichkochen. Lammstelzen herausnehmen und warmstellen. Sauce durch ein Sieb gießen, mit Orient würzen und einkochen, bis ein Drittel der Flüssigkeit verdampft ist. Nach Bedarf mit Stärke etwas eindicken. Datteln, Marillen, Pistazien und Gojibeeren hinzugeben und gemeinsam mit den Lammstelzen 10 Minuten ziehen lassen. Das mitgekochte Gemüse kann in der Sauce oder als separate Beilage gereicht werden.

Safran-Reis

Wasser, Safran, Salz sowie Harissa aufkochen und einige Minuten ziehen lassen, bis sich das Wasser schön gelb färbt. Reis so lange waschen, bis das Wasser klar ist und anschließend rund 20 Minuten zugedeckt weichkochen.

ORIENT

Gewürzzubereitung

Das schmeckt echt marokkanisch! Orient nimmt dich mit ins bunte Markttreiben der Souks, wo sich farbenfrohe Tücher an gemustertes Keramikgeschirr und duftende Gewürze reihen. Greif zu Orient, wenn du dein Essen gerne orientalisches mit Chili und Minze magst.



LINSEN-ZUCCHINI-BRATLING

mit BBQ-Ofenkartoffeln und Safari-Joghurt

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Linsen-Zucchini-Bratling

500 g rote Linsen, 2 Stk Zwiebel,
1 Stk Zucchini, 2 Stk Knoblauchzehen,
Speiseöl

WIBERG Produkte:

Gewürzmühle Ursalz Pur, Seven Spices

BBQ-Ofenkartoffeln

600 g festkochende Kartoffeln, Oliven-Öl

WIBERG Produkt: Classic BBQ

Safari-Joghurt

400 g Joghurt

WIBERG Produkt: Safari

TIPP:

Ersetze je nach Saison die Zucchini durch kleine Spargelstücke, Pilze oder andere klein geschnittene Gemüsesorten.

ZUBEREITUNG

Linsen-Zucchini-Bratling

Linsen am Vortag für mindestens 8 Stunden einweichen. Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Zucchini waschen und grob reiben. Mit Salz marinieren und für eine Stunde beiseite stellen. Knoblauch schälen, anschließend mit den eingeweichten Linsen, Seven Spices und Salz fein pürieren. Eventuell etwas Wasser hinzugeben. Zucchini-Zwiebelgemisch gut abtropfen lassen, mit dem Linsenpüree vermengen und kräftig abschmecken. In einer beschichteten Pfanne von beiden Seiten knusprig braten.

BBQ-Ofenkartoffeln

Kartoffeln waschen und vierteln. Mit Classic BBQ und Oliven-Öl verfeinern. Im Backrohr bei 190 °C gold-gelb backen.

Safari-Joghurt

Joghurt mit Safari verrühren und 30 Minuten ziehen lassen.

Garnitur: frische Petersilie

SAFARI

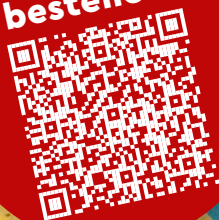
Gewürzsalz

Das schmeckt echt afrikanisch! Safari nimmt dich mit in die Savanne, wo Giraffen, Zebras und Löwen die weite Landschaft durchstreifen. Greif zu Safari, wenn du dein Essen würzig magst und einen zartrosa Farbakzent setzen möchtest.



WIBERG

Jetzt
bestellen:



NovaTaste Austria GmbH | A.-Schemel-Str. 9 | AT-5020 Salzburg | Tel.: +43(0)662 6382 0 | Fax: +43(0)662 6382 810
NovaTaste Germany GmbH | Eichendorffstr. 25 | DE-83395 Freilassing | Tel.: +49(0)8654 470 0 | Fax: +49(0)8654 470 810
wow@wiberg.eu | wiberg.eu/wow