

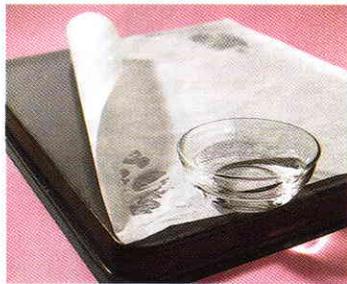


Eiskerzen

Warmer Lichterglanz mit eisigem Hauch – diese Eiskerzen sind eine wirkungsvolle Tischdekoration für die Wintermonate.

Eine Rechaudkerze mit einem Glashalter umgekehrt auf den Boden eines Förmchens (z. B. Soufflé-Förmchen) stellen, Förmchen mit Wasser füllen und 24 Stunden gefrieren. Die Eiskerzen können auf vielfältige Art mit anderen Deko-Elementen arrangiert werden, z. B. mit einem schönen Ast auf einem Backblech. Wichtig ist, dass die Kerzen auf Sand stehen, damit sie nicht herumschlittern und das Schmelzwasser aufgefangen wird.

Eigenwilliges Backpapier



Gerolltes Backpapier will auf dem Blech oft partout **nicht flach liegen**, sondern rasch wieder in seine ursprüngliche Form zurück. Hier hilft wenig Wasser: Backblech an den Ecken mit Wasser befeuchten, Papier darauflegen und andrücken, nun lässt es sich in aller Ruhe belegen.

Petersilienstiele verwenden

Meistens werden in den Rezepten nur die Blätter der Petersilie verwendet. Die Stiele sind aber zu schade zum Wegwerfen, denn sie sind ideal zum **Würzen von Schmorgerichten, Voressen, Suppen, Fonds usw.** Da die Petersilie mit vielen anderen Kräutern harmonisiert, ist sie sehr vielseitig einsetzbar. Stiele mit Küchenschnur zusammenbinden und mitkochen, am Ende der Kochzeit herausnehmen. Werden sie nicht sofort benötigt, Stiele



in eine Gefrierdose geben und im Tiefkühler aufbewahren. So sind sie jederzeit griffbereit.

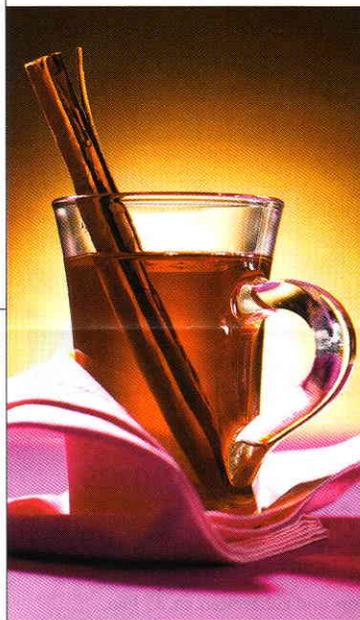
Frische, asiatische Fertiggerichte



Asiatische Gerichte liegen weiterhin voll im Trend. Jetzt gibt es neu in grösseren Coop Verkaufsstellen die **sechs beliebtesten asiatischen Spezialitäten als Fertiggerichte**. Bei der Entwicklung hat das Betty Bossi Team grossen Wert auf die Authentizität der Würzung und der Zutaten gelegt. Entstanden sind herrliche Mahlzeiten für alle Asien-Fans und solche, die es noch werden wollen: drei sämige thailändische Currys mit Kokosmilch (Green, Red and Yellow Thai Curry), ein chinesisches Chop Suey mit viel Gemüse und zwei intensiv würzige indische Gerichte (Indian Tikka Masala und Indian Vegetable Korma). In unterschiedlichen Schärfen von mild bis ganz scharf – für jeden Geschmack das Richtige – begleitet von Basmatireis.

Zimtstängel als Honiglöffel

An kalten Februar-Abenden steigt die Lust auf einen aromatischen Tee. Zimtstängel leisten gleich in zweierlei Hinsicht gute Dienste. Einerseits kann man die dekorativen Stängel als **Honiglöffel** benutzen, andererseits bekommt der Tee durch das Umrühren mit dem Zimtstängel ein **feines Zimtaroma**. Passt zu vielen Teesorten wie Schwarz-, Hagebutten-, Früchtetees usw.



Einmachen im Februar Mango-Sauerrahm-Glace

Vor- und zubereiten: ca. 25 Min.
Gefrieren: ca. 5 Std.
ergibt ca. 1 ½ Liter

2 Mangos (ca. 900 g),
in Stücken

1 Limette, heiss ab gespült,
trockengetupft, wenig
abgeriebene Schale, ganzer
Saft

ca. **4 Esslöffel Puderzucker**

180 g Crème fraîche

1 dl Rahm, steif geschlagen

3 Esslöffel Puderzucker

1. Mango mit Limettenschale, -saft und Puderzucker fein pürieren.
2. Crème fraîche und Schlagrahm mischen, Puderzucker darunter mischen. Mit dem Gummischaber sorgfältig unter die Masse ziehen. Zugedeckt ca. 5 Std. gefrieren, dabei 2–3-mal durchrühren.

Servieren: Glace ca. 20 Min. vor dem Servieren aus dem Tiefkühler nehmen, zu Kugeln formen.

Haltbarkeit: zugedeckt im Tiefkühler ca. 3 Monate.

Pro dl: 7 g Fett, 1 g Eiweiss,
11 g Kohlenhydrate, 452 kJ (108 kcal)

Lagertipps für Kartoffeln

Um Kartoffeln fachgerecht zu lagern, gilt es einige Tipps zu beachten:

- Die **ideale Lagertemperatur** beträgt 7–10 Grad. Höhere Temperaturen fördern die Keimung, und zu tiefe Temperaturen lassen den Zuckergehalt der Kartoffeln ansteigen, was beim Kochen zu einem höheren Acrylamid-Gehalt führen kann.
- Kartoffeln am besten in einem Korb oder offenen Regal in einem **trockenen, dunklen Raum** aufbewahren und zusätzlich mit einem Tuch vor Licht schützen. An einem hellen Ort werden sie schnell grün und somit solaninhaltig.
- Kartoffeln **nicht direkt neben Äpfeln aufbewahren**, da das von Äpfeln natürlich ausgeschiedene Äthylengas die Kartoffeln zum Keimen anregt.
- Wer zu Hause keinen geeigneten Lagerplatz für Kartoffeln hat, sollte **nur kleine Mengen für den raschen Konsum kaufen**. Die Kartoffeln aus dem Plastikbeutel nehmen und nicht im Kühlschrank, sondern in einem Stoffsäckli verpackt in einem Küchenschrank aufbewahren.

