

Paulines Lieblingsmenü

Lieblingsfarbensalat

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Gurke
- 2 Paprikas
- 4 Tomaten
- 2 Packungen Feta-Käse (400g)
- 6 EL Olivenöl
- 4 EL Balsamico-Essig
- Salz, Pfeffer



1. Wasche die Gurke, die Paprikas und die Tomaten.
2. Schneide die Enden der Gurke ab und schneide die Gurke einmal der Länge nach in zwei Hälften.
3. Teile die Hälfte nochmal und schneide Scheiben von der Gurke. Jetzt hast geviertelte Gurkenscheiben.
4. Halbiere die Paprikas, entferne die weißen Trennwände und schneide feine Streifen. Die Streifen schneidest du nun in Würfel.
5. Auch die Tomaten schneidest du so in Würfel.
6. Der Feta wird auch in Würfel geschnitten.
7. Vermische den Käse und das Gemüse mit 6EL Olivenöl, 4EL Balsamico-Essig, Salz und Pfeffer.

FERTIG 😊

Ofenkartoffeln

Zutaten für 4 Personen:

- pro Person 2 – 4 Kartoffeln
- 1EL Paprikapulver (edelsüß)
- 6EL Pflanzenöl
- 1-2TL Salz



1. Heize den Backofen auf 180° (Heißluft) vor.
2. Wasche und schäle die Kartoffeln. Wer will kann die Schale auch dran lassen. Man kann sie mitessen.
3. Halbiere die Kartoffeln an der langen Seite.
4. Schneide die Hälften in Streifen. (Sie sehen jetzt wie Pommes aus)
5. Vermische die Kartoffelstreifen mit dem Paprikapulver, dem Öl und dem Salz in einer großen Schüssel.
6. Lege ein Backblech mit Backpapier aus. Bereite die marinierten Kartoffeln auf dem Backblech aus.
7. Die Kartoffeln werden nun bei 180° für ca. 30 Minuten in der mittleren Schiene gebacken. Stelle dir einen Wecker für 20 Minuten und überprüfe die Kartoffeln. Wenn sie noch hart sind, backe sie noch für 5-10 Minuten weiter.

FERTIG 😊

Schoko-Muffins

Zutaten für 12 Muffins:

- ½ Päckchen Butter
- ½ Tasse Zucker
- 1 Ei
- 1 Tasse Mehl
- 1 Tasse Milch
- ½ Tasse Backkakao
- 1TL Backpulver
- Etwas Butter zum Einfetten der Form



Verwende zum Abmessen immer dieselbe Tasse. Sonst stimmt das Rezept nicht.

1. Heize den Backofen auf 160° (Heißluft) vor.
2. Schneide die Butter in Stückchen und rühre sie mit dem Handrührgerät zusammen mit dem Zucker schaumig.
3. Fette eine Muffinform mit Butter ein. Du kannst auch Papierförmchen im Muffinblech, oder Silikonformen verwenden. Dann brauchst du nicht einfetten.
4. Rühre das Ei in den Teig.
5. Gebe das Mehl dazu und verrühre alles gut.
6. Nun kommt die Milch dazu und dann der Backkakao. Rühre den Teig für mindestens 5 Minuten.
7. Gebe das Backpulver dazu und rühre es KURZ in den Teig.
8. Fülle den Teig mithilfe von zwei Esslöffeln in die Muffinform. Achte darauf, dass alle Formen gleich vollgefüllt sind.
9. Backe nun die Muffins bei 180° für 20 Minuten. Mache dann die Stäbchenprobe. Dabei stichst du ein Holzstäbchen in die Muffins. Klebt noch Teig am Stäbchen, brauchen die Muffins noch etwas im Ofen.
Nach 25 Minuten sind die Muffins meist fertig.
10. Hole die Muffins aus dem Ofen und lasse sie abkühlen. Hole sie mit einem Löffel vorsichtig aus der Form.

FERTIG 😊