



Inhalt

Einführung 4

Einfach am besten 14

Bei Arbeit, Sport und Spiel: Hier kommen Schokoladenriegel, Müsliriegel und Fruchtkonfekt in Riegelform groß raus.

Überraschend anders 34

Geschichtet, marmoriert oder gefroren zeigen süße Riegel, wie vielseitig sie sind. Mit dabei: englisches Karamellkonfekt.

Verführerisch gefüllt 50

Lange Pralinen von Welt: Hier werden Schokoladenriegel gefüllt, und zwar mit zarter Mousse, knusprigen Waffeln oder mit getrockneten Früchten.

Rezeptregister und Bezugsquellen 63

Impressum 64

Mandelkrokantriegel

Zutaten für etwa 12 Riegel

200 g ungeschälte Mandeln

200 g Zucker

Außerdem: Backpapier

Zubereitungszeit: ca. 30 Min.
(plus Wartezeit)

Zubereitung

1 Mandeln auf einem Blech im heißen Backofen bei 180 °C (Umluft 160 °C) 8 bis 10 Minuten goldbraun rösten und auf einem Teller abkühlen lassen.

2 Zucker in einem Topf zu einem Häufchen aufschütten und bei mittlerer Hitze ohne zu rühren erhitzen, bis der Zucker am Rand zu schmelzen beginnt. Dann vom Rand her mit einem Holzlöffel rühren, bis sich der Zucker zu goldbraunem Karamell aufgelöst hat (siehe Tipp).

3 Topf von der Kochstelle nehmen. Mandeln sorgfältig unterrühren. Karamell auf Backpapier geben und mit dem Löffel verstreichen (Vorsicht: Der Karamell ist sehr heiß!). Mit Backpapier bedecken und mit einer Kuchenrolle etwa 1 Zentimeter dick ausrollen.

4 Karamell kurz abkühlen lassen. Backpapier entfernen und den Karamell in Riegel (ca. 8 mal 3 Zentimeter) schneiden. Riegel auskühlen lassen und sofort luftdicht verpacken.

Tipp Karamell kann schnell sehr dunkel und bitter werden. Notfalls den Topf in kaltes Wasser tauchen, um das Weiterbräunen zu stoppen.

Varianten Erdnuss-Krokant-Riegel: 180 Gramm geröstete und gesalzene Erdnusskerne auf einem Blech im 80 °C heißen Ofen 5 Minuten erwärmen. 275 Gramm harte Karamellbonbons portionsweise im Blitzhacker hacken. Im Topf bei mittlerer Hitze schmelzen. Wie unter Punkt 3 beschrieben weiterverfahren.

Die Mandeln können Sie auch einfach durch Haselnusskerne oder eine Nussmischung ersetzen.





Exotische Müsliriegel mit Papaya

Zubereitung

1 Cashewkerne nicht zu fein hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Auf einem Teller abkühlen lassen. Papayas in kleine Stücke schneiden. Bananenchips hacken. Papayas, Bananenchips, Haferflocken, Rice Krispies, Kokosraspel und Cashews in einer großen Schüssel mischen.

2 Butter in einem kleinen Topf schmelzen. Zucker und Honig zugeben und unter Rühren aufkochen. Bei milder Hitze unter Rühren 1 bis 2 Minuten kochen lassen, bis die Masse anfängt zu karamellisieren.

3 Butter-Zucker-Mischung mit einem Teigschaber sorgfältig unter die Haferflockenmischung rühren, bis die Mischung gleichmäßig davon überzogen ist. Masse auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech geben und zu einer 2 Zentimeter dicken Fläche (ca. 18 mal 27 Zentimeter, siehe Tipp Seite 26) formen. Sofort mit Backpapier abdecken und die Oberfläche mit einer Kuchenrolle glatt rollen.

4 Müsliplatte abkühlen lassen, mit einem scharfen Messer in Riegel (ca. 9 mal 3 Zentimeter) schneiden und auskühlen lassen. Erkalte Müsliriegel sofort luftdicht verpacken.

Zutaten für etwa 18 Riegel

50 g Cashewkerne
50 g getrocknete Papayastücke
(aus dem Reformhaus)
30 g Bananenchips
50 g feine Haferflocken
30 g Rice Krispies
50 g Kokosraspel
60 g Butter
60 g brauner Zucker
80 g flüssiger Honig
Außerdem: Backpapier
Zubereitungszeit: ca. 30 Min.
(plus Wartezeit)

Geeiste Schokoriegel mit Kürbiskernen und Orange

Zutaten für 8 Riegel

- 20 g Kürbiskerne
- 25 g kandierte Orangenscheiben
- 100 g Vollmilchkuvertüre
- 100 g weiße Kuvertüre
- 3 EL geröstetes Kürbiskernöl
- 5 EL Sonnenblumenöl

Außerdem: 1 Holzstäbchen zum
Marmorieren

**Zubereitungszeit: ca. 45 Min.
(plus Warte- und Gefrierzeit)**

Zubereitung

1 Kürbiskerne mit einem schweren Messer grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten, Pfanne dabei gelegentlich rütteln. Kürbiskerne auf einem Teller abkühlen lassen. Orangenscheiben fein hacken.

2 Kuvertüren getrennt voneinander mit einem schweren Messer fein hacken. In je einer Metallschüssel über einem warmen Wasserbad schmelzen und anschließend abkühlen (siehe Seite 8f.).

3 Kürbiskern- und 1 Esslöffel Sonnenblumenöl sorgfältig unter die Vollmilchkuvertüre rühren und diese erneut erwärmen (siehe Seite 9f.). Kürbiskerne unter die temperierte Kuvertüremischung rühren. In der vorbereiteten Riegelform verteilen (siehe Tipp Seite 45). Kuvertüre durch vorsichtiges Rütteln der Form gleichmäßig darin verteilen.

4 Jetzt zügig arbeiten: Gefüllte Form auf einer ebenen Unterlage (z. B. Schneidebrett) 2 bis 3 Minuten einfrieren, sodass die Kuvertüre zähflüssig wird. Inzwischen 4 Esslöffel Sonnenblumenöl sorgfältig unter die weiße Kuvertüre rühren und das Ganze erneut leicht erwärmen (siehe Seite 9f.). Orangenstücke unterrühren. Vorsichtig auf die Vollmilchkuvertüre gießen. Mit einem Holzstäbchen behutsam durch die Kuvertüren fahren und so marmorieren.

5 Gefüllte Form wie oben 3 Stunden einfrieren. Riegel aus der Form lösen, in einer Kunststoffdose verpackt tiefgekühlt aufbewahren.

**Diesen Riegel finden Sie auf
Seite 43 abgebildet (Mitte).**





Kay-Henner Menge

Süße Riegel selbst gemacht

Gebundenes Buch, Pappband, 64 Seiten, 20,3 x 20,3 cm

ISBN: 978-3-517-08625-5

Südwest

Erscheinungstermin: Oktober 2010

Selbst gemachte Riegel schmecken besser!

Dieses einzigartige Buch-Set, bestehend aus einem Rezeptbuch mit tollen Ideen für gefüllte Schoko-, Frucht- und Müsliriegel sowie einer Gießform für 8 Riegel, ist wirklich etwas ganz Einmaliges. Endlich kann man seine Lieblingsriegel selbst machen, selbst genießen oder anderen damit ein Freude machen.