

P. Jentschura®
regeneriert wie neugeboren



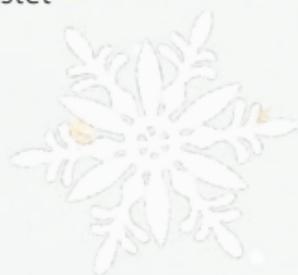
Winterliche Rezepte
mit

MorgenStund'

MorgenStund' winterlich

Zutaten

- 3 EL MorgenStund' (ca. 35g)
- 160 ml Wasser oder Haferdrink
- 2 EL Mandelblättchen, angeröstet
- 1 EL gehobelte Haselnüsse
- 1 EL getrocknete Datteln
- 2 TL Pflaumenmus
- ½ Apfel
- ½ Orange
- Zimt



Zubereitung

MorgenStund' mit dem Haferdrink oder dem Wasser unter Rühren aufkochen und bei geringer Hitze 1 – 2 Minuten köcheln lassen. Dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Mandelblättchen kurz in einer Pfanne anrösten. Apfel, Orange und Datteln klein schneiden und in einer Schüssel mit den Nüssen und Mandeln sowie dem Zimt vermischen.

Die Zutaten werden folgendermaßen geschichtet: Zuerst 1 TL Pflaumenmus, dann die eine Hälfte von MorgenStund', dann wieder 1 TL Pflaumenmus und darüber die andere Hälfte MorgenStund'. Obendrauf wird das Obst-Mandel-Nuss-Gemisch geschichtet und mit Zimt und WurzelKraft garniert.

– Die Menge reicht für 1 Portion –

MorgenStund' Kekse mit Cranberrys

Zutaten

- 75 g MorgenStund' (nicht kochen)
- 100 g Dinkelvollkornmehl (Typ 1050)
- ½ Pck. Weinsteinbackpulver
- 1 Prise Meersalz
- 125 g Butter
- 100 g Erdnussmus
- 80 g Agavendicksaft
- 30 g Zartbitterschokolade, geraspelt
- 30 g Erdnüsse, gehackt
- 50 g Cranberrys, zerkleinert

Zubereitung

Den Backofen auf 180 °C vorheizen. MorgenStund' mit Mehl, Backpulver, Meersalz, Agavendicksaft und Erdnussmus in einem Mixer verrühren. Schokolade, Erdnüsse und Cranberrys zugeben.

Den Teig im Kühlschrank ca. ½ Stunde ruhen lassen. Evtl. noch etwas Mehl dazugeben, falls der Teig noch zu weich sein sollte. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech die Kekse mit bemehlten Händen zu Kugeln formen und flach drücken. Dann in den Backofen schieben.

– Die Menge reicht für ca. 30 Kekse –



180 °C



10 – 12 min



MorgenStund' Haferflocken-Plätzchen

Zutaten

- 150 g MorgenStund' (nicht kochen)
- 125 g Butter
- 130 g kernige Haferflocken
- 50 g gemahlene Mandeln oder Haselnüsse
- 100 g flüssiger Honig
- 2 Eier
- ½ TL Weinsteinbackpulver
- 1 Prise Salz
- 50 g Blockschokolade

Zubereitung

Die Butter langsam bei niedriger Temperatur schmelzen. MorgenStund', Haferflocken und Mandeln in eine Schüssel geben und mit der geschmolzenen Butter übergießen, vorsichtig umrühren und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

Honig und Eier verquirlen. Backpulver und Salz dazugeben. Nun die abgekühlte MorgenStund'-Mischung vorsichtig unterrühren. Zum Schluss die in kleine Stücke geschnittene Schokolade unterheben. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen auf das mit Backpapier ausgelegte Backblech setzen.

– Die Menge reicht für ca. 40 Plätzchen –



175 °C



12 – 15 min



MorgenStund' Apfelauflauf

Zutaten

- 100 g MorgenStund'
- 180 ml Haferdrink
- 180 ml Wasser
- 2 große Äpfel (250 – 280 g)
- 50 g Softaprikosen (ca. 6 Stück)
- 2–3 EL Haselnüsse, gehobelt
- 2 Eier

Zimt oder Vanille, etwas Zitronensaft

Zubereitung

MorgenStund' mit Haferdrink, Wasser, Zimt oder Vanille unter Rühren aufkochen und bei geringer Hitze 1 – 2 Minuten köcheln lassen. Dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

Die Äpfel waschen, entkernen und klein schneiden. Die Aprikosen zerkleinern. Alles in eine Schüssel geben, mit den Haselnüssen und dem Zitronensaft vermischen.

Die Eier trennen und die Eigelbe mit dem erkalteten MorgenStund' vermischen. Die Eiweiße steif schlagen und unterheben. Eine Auflaufform fetten. Die Hälfte von MorgenStund' in die Form füllen. Nun die Hälfte des Apfelgemisches, dann wieder MorgenStund' und darauf den Rest der Äpfel verteilen.

Tipp:

Statt Äpfeln können Sie auch Pflaumen, Kirschen u. a. verwenden.



180 °C



30 – 40 min



MorgenStund' Muffins

Zutaten

- 100 g MorgenStund' (nicht kochen)
- 180 g Dinkelvollkornmehl (Typ 1050)
- 200 g Heidelbeeren, frisch oder tiefgekühlt
- 1 reife Banane
- 150 g weiche Butter
- 3 EL Agavendicksaft
- 2 Eier
- 100 ml Haferdrink
- 1 Pck. Bourbon-Vanille
- ½ Pck. Weinsteinbackpulver
- 12 Walnusshälften



160 °C



20 – 25 Min.

Zubereitung

Die Banane in einem tiefen Teller mit einer Gabel zerdrücken. Alle Zutaten bis auf die Heidelbeeren in eine Rührschüssel geben und mit einem Mixer zu einem Teig verrühren. Evtl. noch etwas Mehl nachgeben. Die Heidelbeeren anschließend unterheben. Mit einem Löffel den Teig auf die Förmchen verteilen. Je eine Walnusshälfte obendrauf setzen.

– Die Menge reicht für 12 Muffins –

Jentschura International GmbH · D-48161 Münster
Tel.: +49 (0) 25 34- 97 44 - 0 · Fax: +49 (0) 25 34- 97 44 - 44

Jentschura (Schweiz) AG · CH-8806 Bäch
Tel.: +41 (0) 44 784 79 31 · Fax: +41 (0) 44 687 90 72

www.p-jentschura.com



HIER SCANNEN
und unsere leckeren
Rezepte entdecken!



MorgenStund' Lebkuchen

Zutaten

- 100 g MorgenStund' (nicht kochen)
- 200 g gemahlene Mandeln
- 150 g Rohrohrzucker
- 2 Eier
- 3 TL Lebkuchengewürz
- 1 Msp. Weinsteinbackpulver
- 1 Prise Salz
- Saft einer Orange (ca. 4 EL)
- Abrieb einer halben Bio-Zitrone
- Oblaten



150 °C



20 Min.

Zubereitung

MorgenStund', Lebkuchengewürz, Mandeln und Backpulver in einer Schüssel vermischen. Die Eier zusammen mit Zucker und Salz in einer weiteren Schüssel schaumig schlagen. Den Abrieb der Zitronenschale, den Orangensaft sowie die MorgenStund' Mischung dazugeben und unterheben. Ein Backblech mit Backpapier auslegen und die Oblaten darauf verteilen. Nun 1 – 2 gut gefüllte Teelöffel von der MorgenStund' Masse auf die Oblaten häufen. Mit den Fingern zu runden, glatten Lebkuchen formen. Darauf achten, dass rundherum ein kleiner Rand freigelassen wird.

Die MorgenStund' Lebkuchen vor dem Backen ca. 1 Stunde ruhen und nach dem Backen auskühlen lassen.

– Die Menge reicht für ca. 20 Oblaten –

