

THERMOMIX®

Das Original

ALLE REZEPTE
AUCH AUF
COOKIDOO®

BUTTERMILCH-LAMM
VOM GRILL MIT DATTEL-
GREMOLATA UND
SPARGEL IM SÄCKCHEN
Seite 42



LUST AUF KÜCHLEIN
5 süße Sommer-Minis von
Cheesecake bis Gugelhupf

**SPARGEL
VOM FEINSTEN**
Schlemm dich durch
Süppchen, Salat, Curry

**ERDBEEREN:
NEUE VIELFALT**
So gut zu Caprese,
Lachs und Feta-Stullen!



ÜBER
80
SEITEN MIT
GELING-GARANTIE

KOMMT, WIR GRILLEN

Am liebsten raffiniert mit würzigem
Spargel, zartem Lamm, der weltbesten
Marinade und beschwipster Ananas



INHALT 03/24

Du hast Lust auf frische Erdbeeren und Spargel? Kannst es nicht erwarten, den Grill anzufeuern? Dir steht der Sinn mehr nach Pizza und Lasagne? In deinem **THERMOMIX® Magazin** findest du für jeden Tag das passende Rezept



12

Königlicher Genuss in deiner Küche: Spargel-Tomaten-Ragout mit Burrata

AKTUELL

- Spargelzeit**
Mal grün, mal weiß, mit köstlichen Soßen und feinen Kräutern **8**
- Frischepost: Mairübchen**
So vielseitig ist das feine Saison-Gemüse **20**
- Low-Carb-Pizza**
Gesunde Teige aus Mandeln, Quark, Zucchini und Thunfisch ... **56**
- Wir lieben Erdbeeren!**
Hier zeigen sich die roten Früchtchen von ihrer herzhaften Seite **66**

FÜR JEDEN TAG

- 30-Minuten-Küche**
Leckere Lunch-Ideen von Burritos bis Schupfnudeln **28**
- Der Reis ist heiß!**
Die besten One-Pot-Gerichte mit dem Reis-Modus **74**

DAS GROSSE SPEZIAL

- Genial gut grillen**
Endlich wieder raus in die Freiluft-Küche! **40**

KOCHSCHULE

- Das weltbeste Weißbrot**
Rezeptentwicklerin Bianca zeigt dir, wie sie ihr fein gewürztes Pane bianco zubereitet **36**

SÜSSES

- Zauberhafte Mini-Kuchen**
Tarte, Cheesecake und Eistorte in kleinen Portionsgrößen **80**

AUF DEN GRÜN MARKIERTEN SEITEN FINDEST DU DIE TITELTHEMEN DIESER AUSGABE



22

Mairübchen-Möhren-Lasagne mit Hackfleisch und Crème fraîche

„EIN GUTER KÄSE SCHMECKT GANZ UND GAR NICHT NACH ZIEGE!“



62

Zu Gast im Harz: Kerstin Liebig zaubert aus Ziegenmilch köstlichen Käse

BUNT GEMISCHT

- Thermomix® it yourself**
Gewürzmischung für Kräuterbutter, Limettenbutter und würzige Knoblauchbutter **50**
- Küchentreff**
Sterne- und Fernsehkoch Ali Güngörmüş verrät uns seine liebsten Thermomix® Rezepte **52**
- Unterwegs im Harz**
Bei Ziegenbäuerin Kerstin Liebig haben es die Tiere gut. Ihr Lohn: beste Milch für leckeren Käse! **62**
- Mein Lieblingsrezept**
Ellen Schürings präsentiert Pastitsio – den Nudelauflauf des Sommers! **78**

IMMER IM HEFT

- Editorial** **3**
- Übersicht** **6**
- News** **26**
- Service Thermomix®** **72**
- Vorschau und Impressum** **90**

FOTOS: THERMOMIX® BY HOUSE OF FOOD (4), FILIPP-ROMANOVSKIJ



Das süße Finale: gegrillte Whiskey-Ananas mit Frischkäsecreme

46

56

Kennst du die Keto-Küche? Probier mal Thunfisch-Pizza quattro stagioni!



ALLE REZEPTE AUF EINEN BLICK

Wir wünschen dir viel Spaß beim Nachkochen!

Fit mit Thermomix®



56 Thunfischpizza quattro stagioni 🌿📏



77 Schneller One-Pot-Tomaten-Reis 🌿📏

Suppen, Salate, Snacks



11 Spargel-Parmesan-Creme mit Parmaschinken und Spargelstreifen 📏



14 Spargel-Rucola-Suppe 🌿📏🌿



15 Wassermelonen-Spargel-Salat mit Feta 🌿📏🌿



30 Süßkartoffel-Mais-Cremesuppe 📏🌿



41 Allround-Kräuter-Marinade und -Mayo 🌿📏



50 Gewürzmischung für Kräuterbutter 🌿📏🌿



51 Limettenbutter 🌿📏🌿



51 Knoblauchbutter 🌿📏🌿



64 Süßkartoffel-Feldsalat mit Sesam-Ziegen-Camembert 🌿📏



66 Falsche Caprese 🌿📏📏



70 Erdbeer-Feta-Stullen 📏🌿📏



76 Reis-Thunfisch-Salat 🌿📏

Hauptgerichte



10 Spargel-Korma 🌿📏📏



12 Spargel-Tomaten-Ragout mit Burrata und Kräutergremolata 🌿📏📏



20 Glasierte Mairübchen 🌿📏📏



22 Mairübchen-Möhren-Lasagne 📏



24 Mairübchen-Ragout mit Flusskrebse und Gnocchi 🌿📏📏



28 Gebratene Mie-Nudeln mit Gemüse 📏



31 Baguette Hawaii 📏



32 Burritos mit Dinkel-Hähnchen-Füllung 📏



34 Schupfnudeln mit grünem Gemüse in Frischkäse-Sauce 🌿📏📏



42 Marinierte Süßkartoffelscheiben mit Kräuterjoghurt 🌿📏📏



42 Buttermilch-Lamm vom Grill mit Dattel-Gremolata 📏



43 Weißer Spargel mit Aprikose und Ziegenkäse im Säckchen 📏



44 Gegrillter Porree mit Käse-Füllung 📏



58 Salami-Pizza mit Käse-Ei-Boden 📏



59 Mandelpizza mit Babyspinat 🌿📏📏



60 Pizza bianca mit Zucchiniboden, Räucherlachs und Rucola 🌿📏



68 Lachs mit Erdbeertopping 🌿📏📏



74 Reis-Pot mit Hähnchen 🌿📏

Backen



82 Mini-Zitronen-Heidelbeer-Cheesecakes 📏



86 Kokos-Mini-Gugelhupfe 🌿📏📏



87 Mango-Erdbeer-Tartelettes 📏



88 Himbeer-Törtchen 📏

Desserts



46 Gegrillte Whiskey-Ananas mit Frischkäse-creme 🌿📏



84 Brombeer-Schoko-Eistörtchen 🌿📏

Kochschule



38 Mediterranes Pane bianco 🌿📏

Lieblingsrezept



78 Pastitsio 📏

REZEPT-KOMPASS

Diese Symbole helfen, das passende Rezept zu finden.

- 🌟 für Anfänger geeignet
- 🚀 Blitzrezept
- 🌿 vegetarisch
- ✓ vegan
- 🌿 glutenfrei
- 📏 low carb
- 👉 all-in-one
- 🕒 Arbeitszeit
- 🕒 Gesamtzeit
- 📏 Schwierigkeitsgrad
- 👤 Anzahl Portionen
- 📊 Nährwerte

HINWEISE

Beim Kochen ist Sicherheit das A und O. Setz bei Temperaturen unter 95°C den Messbecher in den Mixtopfdeckel ein. Bei Temperaturen ab 95°C stell bitte den Gareinsatz anstelle des Messbechers als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel. Rezepte, die die eingebetteten Modi „Anbraten“ und „Zucker karamellisieren“ verwenden, sind nur über **Cookidoo®** und Guided-Cooking-Funktion verfügbar.

Der Spritzschutz ist ein exklusives **Thermomix® TM6**-Zubehör, das vor heißen Fettspritzern schützt. Aus Sicherheitsgründen sollte er immer verwendet werden, wenn er in Rezepten mit den Modi „Anbraten“ und „Zucker karamellisieren“ erwähnt wird.

Die Kennzeichnung mit „glutenfrei“, „laktosefrei“ oder „nussfrei“ in den entsprechenden Thermomix® Rezepten gibt lediglich Auskunft darüber, dass keine offenkundig gluten-, laktose- oder nusshaltigen Zutaten verwendet werden. Für Zutaten wie industriell hergestellte Lebensmittel, deren Herstellung Vorwerk nicht bekannt ist, können wir keine Verantwortung übernehmen. Bei entsprechenden Unverträglichkeiten vergewissere dich daher stets selbst, ob die verwendeten Lebensmittel für dich verträglich sind.

WEITERE INFOS ZU UNSEREN REZEPTEN BEKOMMST DU HIER:

www.cookidoo.de
Rezept-Portal für alle Thermomix® Fans mit Rezepten für Thermomix® TM5/TM6
www.rezeptwelt.de
Rezeptdatenbank und Forum für Thermomix® Kundinnen und Kunden

KUNDENSERVICE

☎ 0202 564-3000
✉ Dialog-Service-Center@Vorwerk.de

ÜBRIGENS

Alle Rezepte aus dem Heft findest du auch auf **Cookidoo®** - dem offiziellen Thermomix® Rezept-Portal!

Das Beste von der Stange

Noch bevor der Spargel seine Köpfchen aus der Erde strecken kann, wird er schon von fachkundigen Erntehelfern gestochen. Für uns heißt das: endlich Zeit für **neue Spargelgerichte** – mit köstlichen Saucen, aromatischen Kräutern und richtig viel Mmh

COOKIDOO®

Köstliche Rezept-
variationen und
Wissenswertes
zum Spargel findest
du auch hier:



- vegetarisch
- Blitzrezept
- für Anfänger geeignet
- all in one
- glutenfrei

SPARGEL-KORMA

Das cremige Gericht mit indischen Wurzeln überzeugt mit knackigem Frühlingsgemüse in frischen Farben

REZEPT S. 16



TM6 REZEPT
MIT MODUS
„ANBRATEN“



SPARGEL-PARMESAN-CREME MIT PARMASCHINKEN UND GRÜNEN SPARGELSTREIFEN

Der verführerischste Start in dein Spargel-Menü:
Würziger Käse trifft auf feine Zitrusaromen

REZEPT S. 16

TM6 REZEPT
MIT MODUS
„ANDICKEN“

low carb

TM6 REZEPT
MIT MODUS
„ANBRATEN“

vegetarisch



glutenfrei



low carb



SPARGEL-TOMATEN- RAGOUT MIT BURRATA UND KRÄUTER-GREMOLATA

Gebettet auf frisches Gemüse und knackige Nüsse
strahlt die Burrata mit der Mai-Sonne um die Wette

REZEPT S. 16



„BURRATA GEHT JA
IMMER, ABER IN KOMBI-
NATION MIT RAGOUT AUS
KNACKIG GEBRATENEM
SPARGEL UND LECKEREN
CASHEWKERNEN WIRD
SIE EIN KNALLER!“



TM6 REZEPT
MIT MODUS
„ANDICKEN“ &
„PÜRIEREN“



SPARGEL-RUCOLA-SUPPE

Ein echter Hingucker, dieses Schälchen!
Danke euch, Spargel, Basilikum und Rucola

REZEPT S. 17

COOKIDOO®

Knusprige Croûtons
(mediterran) findest
du auf Cookidoo®



TM6 REZEPT
MIT MODUS
„ANBRATEN“



WASSERMELONEN- SPARGEL-SALAT MIT FETA

Dass Melone toll zu Herzhaftem passt, ist ein offenes
Geheimnis. Wir wissen jetzt: Zu Spargel ist sie perfekt

REZEPT S. 17

thermomix
BACK-
SCHULE

BIANCA BECKER
Unsere Thermomix®
Rezeptentwicklerin ist
begeisterte Bäckerin. Wann
immer der Duft von frisch
gebackenem Hefeteig in
der Versuchsküchenluft
liegt, hüpf ihr Herz. Zu
Hause tüfelt Bianca weiter:
Von der bunten Familien-
küche bis zum ausgefallenen
Nachtsch ist alles dabei.
Das Wichtigste für sie: der
Spaß am Ausprobieren
und das gemeinsame
Essen im Anschluss.

Das weltbeste Weißbrot

Bianca hat ihren herzhaften Hefeteig mit einer tomatigen Käsefüllung um den Finger gewickelt – et voilà, das perfekte Brot für Picknick, Lunch-Salat und Grillabend!



„MIT EINEM GLAS
ROTWEIN AN
EINEM LAUEN
FRÜHSOMMER-
ABEND VERSETZT
DICH DAS DEFTIG
GEFÜLLTE WEISS-
BROT DIREKT IN
EINE KLEINE
GASSE IN DER
TOSKANA.“

FEUER & FLAMME

Die **neuen Grillrezepte** sind da! Zeit, das Freiluft-Restaurant zu eröffnen. Auf der Speisekarte stehen Buttermilch-Lamm, Spargel-Päckchen und ein heißes Überraschungs-Dessert

DIE KRÄUTER-MARINADE IST EIN ALLROUNDER. DU KANNST SIE AUCH ALS GRUNDLAGE FÜR DRESSINGS UND DIPS VERWENDEN

glutenfrei



vegetarisch



ALLROUND-KRÄUTER-MARINADE UND -MAYO

Ein Rezept, viele Möglichkeiten: Das kräuterig-vollmundige Öl verfeinert Dips, verzaubert Mayo und würzt Grillgut

REZEPT S. 49



BUTTERMILCH-LAMM VOM GRILL MIT DATTEL-GREMOLATA

Gutes Fleisch, raffiniert mariniert und würzig getoppt – so grillen wir dieses Jahr am liebsten!

REZEPT S. 47

TITEL-REZEPT



WEISSER SPARGEL MIT APRIKOSE UND ZIEGENKÄSE IM SÄCKCHEN

Au ja, Spargel! Dank Pergamentpäckchen kannst du ihn gut vorbereiten und hübsch servieren

REZEPT S. 47



- Vegetarisch
- Blitzrezept
- Glutenfrei

MARINIERTER SÜSSKARTOFFELSCHEIBEN MIT KRÄUTERJOGHURT

Thymian, Chili, Zitrone und Oregano verwandeln den Klassiker in mediterranes Gemüse-Glück

REZEPT S. 48



„DER LAUCH HAT WAS DRAUF!
NICHT NUR EINE VEGETARISCHE
ALTERNATIVE, HIER KOMMT JEDER
GRILLER AUF SEINE KOSTEN.“

Unser Tipp:
Das Rezept für
Kräuter-Schmand-
Dip findest du auf
Cookidoo®.



GEGRILLTER PORREE MIT KÄSE-FÜLLUNG

*Intensive Gewürze machen die Couscous-Beilage
zum großen Grillerlebnis*

REZEPT S. 48

ZWEITES ZUHAUSE
Seit er zehn ist, wohnt Ali
in Deutschland – seine
türkischen Wurzeln prägen
viele seiner Gerichte

Als erster Koch mit türkischen Wurzeln erhielt Ali Güngörmüş 2006 einen Michelin-Stern. Seitdem ist er kaum aufzuhalten: Zwei Restaurants in seiner Heimatstadt München, Auftritte als Coach und Juror in verschiedensten Kochsendungen sowie mehrere Kochbücher hat ihm seine außergewöhnliche Leidenschaft für gutes Essen eingebracht. ■

Ali, du bist beruflich den ganzen Tag von Essen umgeben – wer ist bei dir zu Hause fürs Kochen verantwortlich?

Gar keiner (lacht). Bei mir zu Hause wird nicht viel gekocht, aber wenn, dann koche ich etwas Einfaches und Gesundes, oder es gibt einen leichten Joghurt mit Früchten. Ansonsten esse ich meistens im Restaurant oder unterwegs. Ich muss aber gestehen, gestern gab es auch mal eine Pizza nach der Arbeit.

Was darf in keiner deiner Küchen fehlen?

Vor allem möchte ich mit frischen Lebensmitteln arbeiten. Gewürze müssen auch immer da sein, ebenso hochwertige Öle wie Olivenöl oder Walnussöl und aromatische Essige. Letztens hab' ich Dattel-Balsamico ausprobiert, der war richtig lecker! Besonders zu Hause darf auch Ingwer nie fehlen, außerdem hab' ich immer frische Minze, Rosmarin und Thymian da. Falls ich doch mal zu Hause koche, gibt es zum Beispiel orientalische Möhren-Kokos-Suppe aus dem Thermomix®. Alles reinschmeißen, kochen tut es von allein, Kokosmilch unterrühren und mit Koriander und Limettenschale verfeinern – mega!

Auf welche Lebensmittel freust du dich im Mai und Juni am meisten?

Oh ja, für uns Köche geht es ab Mai ja erst so richtig los! Bärlauch, Spargel, Morcheln, Erbsen, Tomaten, Basilikum, Zucchini – ab da beginnt die Völlerei. Am meisten freue ich mich tatsächlich auf den Spargel – einfach gekocht, mit einem guten Olivenöl und frisch geriebenem Parmesan obendrüber – lecker!

AUF TV-TOUR

Im Format „Roadtrip Amerika“, zu sehen auf Kabel Eins, touren die drei Köche Frank Rosin, Alexander Kumptner und Ali im Van durch die Staaten. Bei „Let's Dance“ tanzte Ali im vergangenen Jahr mit Profi-Tänzerin Christina Luft – und belegte den achten Platz



LEBENSFREUDE PUR
„Ich bin ein Mensch, der viel über sich lacht“, sagt Ali selbst und zeigt das auch vor der Kamera

„IN DER SPITZENGASTRONOMIE IST DER THERMOMIX® EINE RIESIGE UNTERSTÜTZUNG“

Wie unterstützt dich der Thermomix® im trubeligen Restaurant-Alltag?

Allgemein ist der Thermomix® für uns einfach eine unbezahlbare Küchenhilfe. Er nimmt uns mit seiner Leistungsstärke sehr viel Arbeit ab, zum Beispiel beim Suppenmixen, Pürees-Herstellen oder Pestos-Machen – für Peta-Pesto-Cremes unersetzlich.

Wenn du dir deinen idealen Thermomix® bauen dürftest, wie würde er aussehen und was könnte er?

Eine schwere Frage – der Thermomix® bringt ja erst mal alles mit! Ihr habt da wirklich ein Gerät, das sich seit Jahrzehnten bewährt hat und auch in der Spitzengastronomie genutzt wird. Die früheren Modelle waren sehr groß, da wird es in kleinen Küchen schon mal eng. Aber den Thermomix® TM6 find'

ich vom Design her sehr schön. Farblich könnte ich mir auch Petrol sehr gut vorstellen – und ja, ein wenig leiser zaubern würde ich ihn auch (lacht).

Nach „Mediterran“ ist jetzt dein neues Kochbuch „Mediterran Express“ erschienen. Was hat dich zu dieser Neuausrichtung bewegt?

Bevor ich ein Kochbuch schreibe, frage ich die Menschen in meinem Umfeld, was sie sich von einem guten Kochbuch wünschen. Die meisten haben mir dann gesagt, dass Kochbücher häufig zu kompliziert geschrieben sind und zu viele Zutaten gebraucht werden. Gleichzeitig wollten sie nach dem Feierabend, Sport und oft auch noch Einkaufen maximal eine halbe Stunde am Herd stehen. Da dachte ich mir, ich schreib' ein Kochbuch, bei dem man

„LACHEN TUT MIR GUT“

Sterne- und TV-Koch **Ali Güngörmüş (47)** liebt Kochen, Essen und frische Lebensmittel. Im Interview erzählt er uns von seinen liebsten Zutaten, wie gut das Essen in Foodtrucks sein kann und wie ihn der Thermomix® in der Küche unterstützt



GENUSS IN 30 MINUTEN
Im Kochbuch „Mediterran Express“, das im März 2024 erschienen ist, sammelt Ali schnelle Feierabendrezepte mit nur 5-7 frischen Zutaten



EIN STÜCK HEIMAT
In seinem Münchner Restaurant „Pera Meze“ serviert Ali traditionelle türkische Meze

„DIE MEDITERRANE KÜCHE IST DIE GESÜNDESTE KÜCHE DER WELT“

für jedes Rezept nur drei frische Zutaten braucht, und nenne es „Nimm 3“. In der Rezeptentwicklung haben wir dann aber gemerkt, dass drei schon sehr herausfordernd ist. Dann haben wir auf maximal sieben frische Zutaten erhöht. So beinhaltet mein Kochbuch gesunde, mediterrane 30-Minuten-Feierabendgerichte.

Die Levante-Küche, durch die deine Art zu kochen stark geprägt ist, zeichnet sich durch viel Gemüse und Hülsenfrüchte aus. Wie integrierst du diese Lebensmittel in deinen Alltag?
Weil ich bemerkt habe, dass mir Energie fehlt, habe ich vor einigen Jahren meine Ernährung umgestellt und esse seitdem nur noch einmal die Woche Fleisch. Auch in meiner Kindheit in Ostanatolien war Fleisch

ein Luxusprodukt, und wir haben uns hauptsächlich von Gemüse, Kräutern und Hülsenfrüchten ernährt – jetzt geht es für mich quasi back to the roots, und mein Motto ist sowieso: von allem ein bisschen. Dann musst du auf nichts verzichten, und für den Körper ist Vielfalt sowieso wichtig.

Apropos Kindheit: Welches Gericht erinnert dich immer an zu Hause?
Kartoffelstampf mit Ayran und Fladenbrot. Den Joghurt für den Ayran und das Brot hat die Mama natürlich selbst gemacht. Tatsächlich sind es eher die einfachen Dinge, die mich erfreuen.

Auf Kabel Eins bist du zurzeit in „Roadtrip Amerika“ zu sehen. Was war kulinarisch gesehen die größte

Überraschung auf dem USA-Trip?

In Nashville gab es einen kleinen mexikanischen Foodtruck. Normalerweise erwartet man dort ja Fast Food, aber die haben richtig frisch gekocht – mit eigenen Saßen und selbst gebackenem Brot, köstlich!

In welcher Situation musstest du zuletzt laut lachen?

Bei unserem Roadtrip waren wir in Memphis und haben dort im Sun Studio einen Song aufgenommen. Das Video dazu hab' ich mir letztes noch mal angesehen, und da musste ich richtig laut über mich selbst lachen – tanzen geht nämlich noch, aber singen kann ich überhaupt nicht. Übrigens bin ich ein Mensch, der allgemein viel lacht. Es kostet nichts, bringt aber viel und tut Seele, Körper und Geist gut.

Welchen Tipp gibst du als Coach gern Nachwuchsköchen und -köchinnen?

Nicht zu viel wollen. Lieber etwas weniger vornehmen, weniger auf den Teller bringen und das dafür dann richtig gut machen, fachlich super umsetzen, und dann wird das gut.

THERMOMIX® FANS lesen das Original

Alle Rezepte aus der Rezeptentwicklung von Vorwerk

11€
Abo-Preisvorteil!
Spar's dir einfach...

6 HEFTE
für nur 22 Euro im Jahr

KOMMT, WIR GRILLEN
Am liebsten raffiniert mit würzigem Spargel, zartem Lamm, der weltbesten Marinade und beschwipster Ananas

Über 80 SEITEN MIT GELING-GARANTIE

ALLE REZEPTE AUCH AUF COOKIDOO®

FOTOS: SANDRA ECKHARDT, IMAGO/FUTURE IMAGE (2), IMAGO/SMITH (2), PR

WWW.THERMOMIX-MAGAZIN.DE

Stand: Mai 2024, Änderungen vorbehalten; Vorwerk Deutschland Stiftung & Co. KG, Mühlenweg 17-37, 42270 Wuppertal

Scan mich



- vegetarisch
- blutarm
- glutenfrei
- low carb



FALSCHER CAPRESE

Die neueste Version des Italo-Klassikers hat ein fruchtig-süßes Upgrade verpasst bekommen. Mmh, zum Hineinlegen...

REZEPT S. 71

Erdbeeren mal herzhaft

Wow, wie die strahlen! **Die Rubine des Sommers** kommen jetzt in frischen Salaten oder als würziges Topping ganz groß raus! Und zum Dessert? Lassen wir sie uns weiter ganz sweet in Kuchen, Eis und Drinks schmecken



LACHS MIT ERDBEERTOPPING

Die Kombi, von der wir nicht wussten, wie unglaublich gut sie schmeckt! Einmal probiert, willst du sie nicht mehr missen...

REZEPT S. 71

COOKIDOO®

Viele weitere köstliche Ideen mit Erdbeeren findest du hier:

