

Restlos nachhaltig genießen - kein Brot bleibt übrig.

Rezeptblatt zum Video

Brotreste fallen täglich an. Mit etwas Kreativität lassen sie sich zu einfachen leckeren Menübestandteilen weiterverarbeiten:

Getrocknetes Brot kann immer zu gutem Paniermehl zerkleinert werden.

Geröstetes Brot/Brotwürfel sind sehr beliebt:



Toppits für Suppen, Salate und Bowls (Kracherle)

Zutaten	Zubereitung
2 Scheiben übriges Brot (Mischbrot, Vollkornbrot, Toast)	Brot in kleine Würfel schneiden
1 EL Öl (Rapsöl, Olivenöl)	Öl in einer Pfanne erhitzen. Brotwürfel bei mittlerer Hitze knusprig goldbraun rösten.
Variante herzhaft: 20 g gewürfelten Speck 1 EL Sonnenblumenkerne	Zu den gerösteten Brotwürfel geben und mitbraten, bis Speck glasig und Kerne angeröstet sind.
Variante mediterran: 1-2 Knoblauchzehen 1-2 EL Kräuter nach Belieben (Petersilie, Thymian, etc)	Gepresster Knoblauch und kleingeschnittene Kräuter zu den Brotwürfeln geben. Bei dieser Variante bietet sich Olivenöl an.
Variante Kracherle: Möchten Sie die gerösteten Brotwürfel länger als 2 Tage aufbewahren, so rösten Sie die Würfel ohne Fett. Die Haltbarkeit beträgt dann ca. 2 Wochen, wenn sie richtig trocken sind.	

Eine einfache und schnelle Resteverwertung sind überbackene Brote:

Überbackene Lauchbrote - für's Abendessen und den Rest für's Büro

(für 4 Personen)

Zutaten	Zubereitung
4 Brötchen oder 6-8 Scheiben Bauernbrot, Vollkorn- oder Mischbrot	Brotscheiben auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
100 g Frischkäse 100 g Saure Sahne 75 g geriebener Käse 100 g gekochter Schinken 100-125 g Lauch 1-2 Essiggurken 1 EL Kräuter (Petersilie, Schnittlauch) 2-3 EL Milch oder Sahne Kräutersalz, Pfeffer, Paprika	Lauch putzen, der Länge nach halbieren und gut waschen. In feine Streifen schneiden. Schinken, Essiggurken und Kräuter klein schneiden. Zusammen mit dem Frischkäse, der sauren Sahne und den Gewürzen verrühren. Evtl. etwas Sahne oder Milch dazu geben, damit eine streichfähige Masse entsteht. Alles abschmecken und auf die Brote streichen.
	Bei 180 °C Heißluft ca. 15-20 Min. überbacken.
<p>Tipp: für die vegetarische Variante einfach den Schinken weglassen und stattdessen 1 Knoblauchzehe verwenden. Hier können auch Reste von Milchprodukten (Frischkäse, Sahne, Schmand und verschiedene Käsesorten) verwertet werden.</p>	





Eine etwas andere Variante:

Birnen- oder Apfelpizza

(für 4 bis 6 Personen)

Zutaten	Zubereitung
6-8 Scheiben Bauernbrot, Vollkorn- oder Mischbrot etwas Butter	Brotscheiben dünn mit Butter bestreichen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen.
2 große Birnen oder 2-3 Äpfel 100 g Emmentaler 150 g Mozzarella	Birnen waschen, vierteln und in dünne Spalten schneiden oder Äpfel vierteln, Kernhaus entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Emmentaler grob raspeln und Mozzarella in Scheiben schneiden.
Salz, Pfeffer Majoran, Thymian	Birnenspalten oder Apfelscheiben auf dem Brot verteilen. Mit Salz, Pfeffer, Majoran, Thymian würzen. Zum Schluss den Käse über das Obst verteilen. Bei 200 °C (Ober-und Unterhitze) ca. 10-15 Minuten überbacken.

Meerrettichcreme

Zutaten	Zubereitung
100 g Schmand 1 kl. EL Meerrettich Kräutersalz, Pfeffer Etw. Zucker	Alle Zutaten verrühren und abschmecken.
Preiselbeeren	Zusammen mit der Apfelpizza und Preiselbeeren essen. Anstatt der Meerrettichcreme kann auch Sahnemeerrettich gereicht werden.

1-2 Scheiben Brot, 1 Brötchen oder Laugenbrötchen übrig? – einfach gewürfelt einfrieren und wenn genügend zusammen sind, Serviettenknödel herstellen:

Serviettenknödel



Zutaten	Zubereitung
8 Brötchen vom Vortag oder 400 g altes Brot 250 -300ml lauwarme Milch	Brötchen in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Milch über die Brötchen gießen. Ca. 20 Min. stehen lassen.
4 Eier 20 g Butter ½ Zwiebel, fein gewürfelt 1 Bund Petersilie Salz, Muskatnuss 1-2 EL Mehl	Eier verquirlen und zur Brötchenmasse geben. Zwiebeln und Petersilie in Butter andünsten, ebenfalls dazu geben, mit Mehl bestäuben, würzen und alles zu einem geschmeidigen, aber festen Teig zusammendrücken. Teig zugedeckt 15-20 Min ziehen lassen. Teig nochmals durchmischen und zu 1-2 länglichen Knödel formen.
<u>Garen im Kochtopf:</u> 2-3 l Salzwasser	Salzwasser zum Kochen bringen. Knödel in ein nasses Küchentuch locker einbinden (geht noch auf) und an einen Kochlöffelstiel binden. In das kochende Salzwasser legen. Bei schräg aufliegendem Deckel in etwa 40 Min. bei mäßiger Hitze gar ziehen lassen.
<u>Garen im Dampfgarer:</u> Silikonform	Knödel formen wie oben und in eine längliche Silikonform einlegen. Einstellung: Biodampf (96°C) 45 Min. 700 ml Wasser in Dampfschublade
<u>Garen im Bratschlauch:</u> Bratschlauch ¼ l Wasser	Knödel formen wie oben und in einen auf jeder Seite 5 cm längeren Bratschlauch legen und Wasser dazugeben. Bratschlauch schließen und im vorgeheizten Backofen (200 °C) bei 180 °C 30 Min. garen.
<u>Garen im Backofen:</u> Backpapier Ca.1 l Wasser	Ca. 2-3 cm Wasser in Fettpfanne oder große Auflaufform geben, bei 200 °C zum Kochen bringen. Geformten Knödel in Backpapier einrollen, seitlich schließen. Knödel einlegen. Bei 170°C 30-35 Min. garen. 2-3 mal wenden.
Gegarten Serviettenknödel in Scheiben schneiden und auf Platte anrichten	
Tipp: altes Brot in Würfel schneiden und einfrieren.	

Linsen-Walnuss-Salat - Wintervariante

Zutaten	Zubereitung
200 g Linsen z.B. Alblinsen Salz 1 kleines Lorbeerblatt	Die Linsen waschen und in ca. 1 Liter leicht gesalzenem Wasser mit einem kleinen Lorbeerblatt ca. 20 -25 Minuten garen.
400 g Karotten	Karotten waschen, schälen, kleinschneiden oder stifteln, mit etwas Wasser kurz weichdünsten.
50 g Walnüsse 1 Knoblauchzehe Kräutersalz, Pfeffer	Abgekühlte Alblinsen, Karotten, gehackte Walnüsse und zerdrückten Knoblauch in einer Salatschüssel vermischen.
1 EL Balsamicoessig 3 EL Olivenöl oder Kaltgepresstes Rapsöl Etwas Senf Kräutersalz und Pfeffer	Vinaigrettemarinade herstellen und mit den Zutaten vermischen. Am besten schmeckt er, wenn er einige Stunden durchziehen kann.
½ Bund glatte Petersilie	Waschen, kleinschneiden und in oder über den Salat geben.
<p>Tipp: der Salat kann sehr gut vorbereitet werden und zur Arbeit am anderen Tag mitgenommen werden. Leckere Brotcroutons und evtl. auch Hirtenkäse/Fetawürfel ergänzen zu einem vollständigen Mittagessen. – Guten Appetit!</p>	



Mögen Sie es bunter?

Bunter Linsensalat mit Alblinsen (4-6 Personen)

Zutaten	Zubereitung
200 g Alblinsen 500 ml Brühe 1 kl. Lorbeerblatt 5 Pfefferkörner	Brühe mit Gewürzen zum Kochen bringen, die Alblinsen ca. 15-20 Min. darin weichkochen, abgießen und mit kaltem Wasser überbrausen.
300 -400 g Gemüse je nach Jahreszeit (Paprika, Kohlrabi, Radieschen, Zucchini) 1 kl. Apfel	Gemüse und Apfel waschen, putzen, fein schneiden, zu den Linsen geben.
3 EL Balsamicoessig 2 EL Walnuss- oder Rapsöl Etwas Salz und Pfeffer 2 EL fein gehackte glatte Petersilie 2 EL Schnittlauch	Alle Zutaten zu einer Marinade verrühren und mit den restlichen Zutaten vermengen. Den Salat gut durchziehen lassen und vor dem Servieren nochmals abschmecken.



Gemüsebällchen mit Brotwürfel

Zutaten	Zubereitung
50 g Brötchen, Brot etc.	Klein würfeln, in Schüssel geben.
ca.150 g Rote Beete oder anderes Gemüse (Kohlrabi, Gelbe Rüben, Zucchini)	Waschen, schälen und sehr fein reiben.
½ Zwiebel	Schälen und feingewürfelt dazugeben.
1 EL Petersilie frisch oder TK	Fein geschnitten dazugeben
25 g Semmelbrösel Kräutersalz, Pfeffer Bei Roter Beete: Kreuzkümmel 1 TL Sahnemerrrettich	Alle Zutaten zu einer homogenen Masse verarbeiten. Kleine Bällchen oder Taler formen.
1 EL Sesam	Nach Belieben in Sesam wälzen.
2 EL Öl	Bei mittlerer Temperatur ca. 10 Min. goldbraun braten.
Tipp: Die Gemüsebällchen können warm oder kalt gegessen werden. Mit einem Salat ein leckeres Abendessen.	



Brotauflauf mit Schinken und Erbsen (für 4 Personen)

-blitzschnelles Rezept, bei dem auch schon Kinder mitmachen können-

Zutaten	Zubereitung
300 -400 g Lieblingsbrot in Scheiben 150 g gekochten Schinken 200 g Erbsen tiefgefroren	Schinken in Streifen kleinschneiden. Brotscheiben abwechselnd mit Schinken und der Hälfte der Erbsen in eine gefettete Auflaufform schichten. Restliche Erbsen darüber streuen.
200 g saure Sahne 100 ml Milch 3 EL frische Petersilie oder tiefgefrorene Kräuter Salz, Pfeffer, evtl. Curry Evtl. Cayennepfeffer	Alle Zutaten in Rührbecher verquirlen, pikant abschmecken und über das Brotgemisch gießen.
150 g geriebenen Käse oder Käsereste	Mit Käse überstreuen. Bei 180°C Heißluft 15-20 Min. goldbraun überbacken.
Tipp: <ul style="list-style-type: none"> - anstatt saurer Sahne können auch Reste von süßer Sahne, Frischkäse oder Schmand verwendet werden. - Anstatt gekochter Schinken eignet sich auch Salamie, Kabanossi, Speck etc... 	



Apfelmuffins mit Mürbeteigboden (12 Stück)

Zutaten	Zubereitung
100 g Semmelbrösel 100 g Mehl 100 g Butter 50 g Zucker 1 Ei 1 P. Vanillezucker 1 Pr. Salz	Alle Zutaten vermengen und zu einem festen Mürbeteig kneten. Den Teig abdecken und ca. 30 min kalt stellen.
3-4 Äpfel Etwas Zimt	Die Äpfel waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
Etwas Mehl für Arbeitsfläche Muffinsförmchen	Den Mürbeteig auf der mit Mehl bestreuten Arbeitsfläche mit einem Wellholz 0,5 cm dick ausrollen. Mit einem Glas, das in etwa den Durchmesser eines Muffins besitzt, 12 Kreise ausstechen. Etwas Teig übrig lassen für die Streusel. Die Muffinformen mit Fett auspinseln oder Papierförmchen verwenden. Die ausgestochenen Böden hineinlegen und am Rand ein bisschen hochdrücken. Nun die Apfelstückchen gleichmäßig auf die Formen verteilen und mit etwas Zimt bestreuen. Den restlichen Teig als Streusel auf die Äpfel zerkrümeln. Die Muffins 15 Min. bei 180°C Umluft backen, anschließend auf einem Gitter abkühlen lassen und aus der Form lösen.



Arme Ritter- für 1 Person

Zutaten	Zubereitung
1 Ei 60 ml Milch 1 Msp. Vanillemark <u>oder</u> 1 TL Vanillezucker 1 TL abger. Schale einer Zitrone	Das Ei mit der Milch in einem tiefen Teller gründlich verquirlen, Vanillezucker und Zitronenschale dazu geben.
2 Scheiben altbackenes Weißbrot, Toastbrot oder Hefezopf	Die Brotscheiben gründlich in der Eiernmilch wenden, damit sie sich gut mit Flüssigkeit vollsaugen.
2 EL Öl oder Butterschmalz	Das Fett in einer Pfanne erhitzen und die Brotscheiben bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun ausbacken. Auf Küchenkrepp abtropfen.
Zimt-Zucker-Gemisch Apfelmus	Nach Belieben mit Zimt/Zucker bestreuen und mit Apfelmus oder Vanillesoße reichen.



Tipps zum Einkauf, Haltbarkeit und Aufbewahrung von Brot:

- Brot nach Bedarf kaufen oder portionsweise einfrieren.
- Brot am Stück hält länger frisch als geschnittenes Brot.
- Vollkornbrot, Mischbrot mit Roggenanteil oder Sauerteig altert nicht so schnell
- Brot trocken, luftig und kühl lagern (12-18°C)
- Brot auf Schnittfläche legen, wenn möglich.
- Gut geeignet sind Brotkästen, Tontöpfe oder Brotbeutel.
- Knusprige Brötchen, die bald gegessen werden, am besten in der Bäckertüte lassen.
- Knäckebrot in luftdichten Behältnissen aufbewahren.
- Brotbehälter regelmäßig mit Essigwasser auswaschen (beugt Schimmelbildung vor).
- Geschimmeltes Brot komplett entsorgen, vor allem auch geschnittenes Toastbrot.

