

**Lieber FRoSTA Büro Bistro Kunde,**

im Dezember ist es schier unmöglich, sich dem allgemeinen Advents- und Weihnachtsgelüfte zu entziehen mit Geschenken, Gebäck, Schokolade und Lichtern. Unternehmen wir also gar nicht erst den Versuch! Im Januar können wir ja gerne wieder als kopfgesteuerte Wesen unseren Weg durchs echte, vernünftige Leben fortsetzen, bis dahin schwimmen wir einfach mit, freuen uns über die teilweise gar nicht so un kreativen Präsente unserer Geschäftspartner und kosten einfach von allem, was uns unsere Kollegen liebevoll aus Tupperdosen entgegenreichen.

Damit wir auch den Schein erwecken, unsere Freizeit in der Küche zu verbringen, um unsere Lieben nach alter Sitte mit zuckerhaltigen Speisen zu erfreuen, biete ich Ihnen hier die Möglichkeit, zwei einfache Rezepte kennenzulernen und vielleicht umzusetzen mit einer gemeinsamen Besonderheit:

**Backen ohne Mehl!**

Erst backen wir etwas Kleines, Helles, dann etwas Großes, Dunkles. Beides lecker auf seine Art! Danach bereiten wir ein Getränk zu, um das Ganze stilsicher hinunterzuspülen. Auf geht's!

**Rezept für Zimtsterne**

Sie benötigen für dieses Rezept:

3 Eiweiß  
1TL Zitronensaft  
150 g Puderzucker  
300 g gemahlene Mandeln  
Je ½ TL Zimt und gem. Muskatblüte  
100 g Zucker  
(ein Spritzer Rum-Aroma, falls Sie mal auf das FRoSTA-Reinheitsgebot verzichten möchten...)

Zwei der Eiweiße mit dem Zitronensaft steif schlagen und dann den gesiebten Puderzucker vorsichtig unterrühren. Mandeln und Gewürze vermengen und auch mit unter die Masse heben. Fertig ist der Teig. Rollen Sie den Teig zwischen zwei Folien aus (aufgeschnittene Plastiktüte geht gut, weil schön stabil), warten Sie 15 Minuten und stechen Sie dann die Sterne aus.

Die Sterne werden nun 10 Minuten bei 150 °C gebacken, dann mit Guss versehen (aus dem übrig gebliebenen, steif geschlagenen Eiweiß mit dem restlichen Zucker entstanden plus eventuell Rum-Aroma) und dann noch mal für 10 Minuten in den Ofen geschoben.

Fertig!

**Schon haben Sie eine Kleinigkeit zum Verteilen im Büro! Viel Spaß beim Naschen!**

## [FRoSTA Büro Bistro Newsletter]

Nun brauchen Sie aber für die Festtage auch noch eine größere Leckerei, mit der Sie eventuell Ihre engeren und entfernteren Verwandten beeindrucken können. Bevor Sie servieren, denken Sie aber daran, vorher einmal zu üben. Auch das Anrichten! Das ist das Wichtigste, denn sind die Augen erst mal überzeugt, schmeckt es fast von selbst. Wenn Sie diese Regeln einhalten, kann Ihnen nichts passieren:

- Je größer der Teller, desto besser
- Je kleiner die Portion, desto besser
- Soßen als Spiegel auf den Teller, nie drübergießen.
- Puderzucker als Deko auf den Rand
- Immer drei oder fünf Elemente anrichten. Ohne Ausnahme.

### Schokotarte

Sie benötigen für dieses Rezept:

250 g leckerste Halbbitter- oder Zartbitterschokolade  
250 g Butter  
250 g Zucker  
6 Eier

Schmelzen Sie die kleingebröckelte Schokolade über einem Wasserbad (es genügt, wenn der Dampf die Schüssel berührt, hängen Sie Ihr Gefäß nicht direkt ins kochende Wasser), dann Butter und Zucker mit unterrühren. Ist die Masse halbwegs homogen, dürfen Sie sie vom Wasserbad nehmen und die 6 Eigelb unterrühren. Das Eiweiß schlagen Sie steif und heben es zum Schluss unter die Schokomasse.

Fetten Sie Ihre Tarteform und streuen Sie sie mit etwas Zucker aus.

Geben Sie den Teig in die Form und backen Sie die Tarte 25 Minuten bei 170 C.

**Achtung: Stecken Sie schon mal nach 20 Minuten einen Zahnstocher in die Mitte, um zu überprüfen, ob der Teig nicht schon zu „durch“ ist! Denn: Die Tarte darf durchaus einen kleinen Klitsch, wie wir in Norddeutschland sagen, in der Mitte behalten, also noch leicht roh sein. Warum? Weil es eine gebackene Creme ist, eigentlich kein Kuchen... es sind ja weder Mehl noch Backpulver drin...**

**Nun kommt es zu dem Moment, der die Künstler erfreut:**

Anrichten: Wenn Sie die Tarte vorbereitet haben, wärmen Sie sie kurz vorm Servieren noch mal an. Meine Vorschläge für „Beilagen“: Weihnachtliches Apfelkompott, mit Zimt abgeschmeckt, welches Sie kalt dazu geben, und eine Soße. Als Anfänger reicht eine warme Vanillesoße für den Soßenspiegel, die Kochfreunde, welche schon bei der Zubereitung der Schokomasse auf dem Wasserbad einen Riesenspaß hatten, dürfen sich hier noch mal bei einer Zabaione-Soße den letzten Nervenkitzel geben, denn rund um den Tannenbaum scharrt man nun schon mit den Füßen beim Duft der Schokotarte...kein Wunder!

## [FRoSTA Büro Bistro Newsletter]

Also für angehende Profis und nur ganz kurz:

### **Zabaione-Soße**

200 ml Milch, 50 g Zucker, etwas Vanillemark und 4 Eigelb über dem Wasserbad warm aufschlagen, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Sind keine Kinder mit zu versorgen, so dürfen Sie gerne eine gewisse Menge der Milch durch Marsala (ein Süßwein aus der gleichnamigen Hafenstadt Siziliens) ersetzen. Oder die gesamte Milch durch einen lieblichen Weißwein Ihrer Wahl – experimentieren Sie mal!

Wenn Sie die Flüssigkeitsmenge reduzieren, kommen Sie zu einer echten Zabaione-Creme. Auf 4 Eier würde ich ungefähr 120 ml Milch oder Wein rechnen. Darein passt auch ein Hauch Zitrone oder etwas abgeriebene Bio-Zitronenschale. Dekorieren Sie die Creme mit Schoko-Splits oder Raspelschokolade, dann wird es stilecht!

Wie versprochen kommen wir nun noch zum winterlichen Trinkvergnügen:

### **Es gibt Glühwein!**

Aber nicht erschrecken: Er wird total anders schmecken, als Sie es vom 2-Euro-Glühwein aus dem Supermarkt gewohnt sind. Kein Vergleich! Nach der Zubereitung wissen Sie auch endlich, wie viel Zucker in dem Zeugs drin ist, denn um auf diese Süße zu kommen, könnten Sie fast endlos die hüftaffinen Kristalle in Ihr Gebräu schaufeln...lassen Sie es und genießen Sie den Weingeschmack Ihrer Kreation!

### **Also:**

Organisieren Sie aus dem Keller eine Flasche **Wein**, den Sie mal geschenkt bekamen, der Ihnen aber bisher **nicht trocken** genug erschien. Pressen Sie **einige Orangen** aus und erwärmen Sie beides zusammen auf dem Herd – nicht kochen!! Es wäre schade um den schönen Alkohol! Nun füllen Sie weihnachtliche Gewürze in ein Teesieb wie **Nelken, Sternanis, Zimt und Kardamom**. Wenn Sie ungespritzte Südfrüchte haben, machen Sie (oder die Kids) mit dem Sparschäler aus der Schale lange Spiralen und geben Sie sie mit in den Topf. Die Gewürze sollten mindestens 20 Minuten mitziehen. Wenn Sie sie entfernt haben, wird nach Geschmack mit ungebleichtem Biozucker gesüßt. Aber wie gesagt: Es verschwindet Einiges! Nichts für schreckhafte Diätmäuse!! Und: Angewärmten Rum nach Belieben dazugeben, bitte.

### **Das FRoSTA Büro Bistro Team sagt nun PROST!**

Bleiben bei Ihnen jetzt noch Wünsche offen? Ja? Zum Glück! Denn sonst würde ja gar nichts unter Ihrem Tannenbaum liegen....

Eine traumhaft schöne und auch kulinarisch beglückende Weihnachtszeit wünscht Ihnen und Ihren Lieben

*Ihr FRoSTA Büro Bistro Team*