

GRATIS ZUM MITNEHMEN

AUSGABE 01|2020

Ich liebe Käse

DAS MAGAZIN

HEY Schnitte,

COUPONS
IM HEFT! BIS
5,00 €
SPAREN!

Schon belegt?

DEINE
GRÜNE KÜCHE

mit Käse statt Fleisch ab S.16



MILKANA



mit Allgäuer Milch aus Grünlandfütterung*

* Unsere Kühe erhalten zu 85 % Grünlandfutter

95
Prozent

95 % unserer Milch kommt von Kühen, die regelmäßig an die frische Luft kommen

100
Prozent

Unsere Allgäuer Milch stammt von Kühen, die zu 100 % gentechnikfreies Futter erhalten

99
Prozent

Unsere Milkana Bauern haben durchschnittlich 46 Kühe und ihre Höfe sind zu 99 % familiengeführt

45
Kilometer

Unsere Milkana Höfe sind durchschnittlich 45 km vom Werk entfernt



Jetzt mehr erfahren unter www.milkana.de



Hey, Ihr Schnitten,

wir starten bunt ins neue Jahr – mit echten Hinguckern wie den Remakes der Sandwich-Klassiker und unserer grünen Küche, ganz ohne Fleisch und trotzdem tierisch lecker. Spannend geht es weiter: Ob Liebeskomödie oder Krimi – wir haben die Blockbuster-Empfehlungen für den perfekten Snack zum TV-Abend für Euch. Lasst es Euch schmecken und möge der Käse mit Euch sein!

Mehr Inspirationen und Rezeptideen findet Ihr auf ich-liebe-kaese.de.

Eure *Ich liebe Käse*-Redaktion

Lob, Kritik, Anregungen?
Schickt uns Euer Feedback!

info@ich-liebe-kaese.de
ILK-Magazin, Postfach 16 27,
65006 Wiesbaden

Oder besucht uns auf   



HEY Schnitte, schon belegt?


**Falafel
TOASTBROT**
Bodenständiger Vollkorntoast
präsentiert orientalische Falafel –
nur getoppt von Gérardont!
• REZEPT AUF S. 20 •



Saftig!

Nein? Umso besser, denn auf diese genialen Power-Tower passt einfach alles drauf! Jeder liebt Sandwiches. Wir haben den Klassiker weiterentwickelt und mit verschiedenen Brotsorten, Zutaten und natürlich mit Käse experimentiert. Herausgekommen ist eine grandiose Kollektion an echten „Hochstaplern“, die sich sehen lassen können und nicht nur Foodies begeistern!



**Mango
FOCACCIA**

Freches Früchtchen balanciert auf knusprigem Fladenbrot – besonders kernig mit Fol Epi.
• REZEPT AUF S. 20 •



Sexy!

Zubereitet mit:



PUMPERNICKEL IST EINE DEFTIGE ALTERNATIVE ZU Weißbrot oder Toast.



**Avocado
PUMPERNICKEL**

Kräftig-süßes Brot aus Roggenschrot, aufgepeppt mit Avocado, Lachs und mit den cremig-vollmundigen Scheiben von Saint Albray.
• REZEPT AUF S. 20 •

Zubereitet mit:



Pastrami BAUERNBROT

Robuste Kante aus Krustenbrot,
vollgepackt mit Gemüse, Pastrami,
Cranberrykompott, abgerundet
mit den cremig-würzigen
Scheiben von Saint Albray.

• REZEPT AUF S. 21 •

MIT SAISONALEM OBST ODER
GEMÜSE KANNST DU
Deine Schnitte variieren!



MUST SEE ORIGINALS

*Perfekte Snacks
für ganz großes Kino*

Du bist am gemütlichen Teil des Tages angekommen und kannst zu Hause endlich die Füße hochlegen. Was Du jetzt noch brauchst, ist der richtige Snack zur guten Unterhaltung. Die **Ich liebe Käse-Redaktion** präsentiert Dir hier ihre Blockbuster für jede Stimmung und jedes Genre. Film ab:



POTATO-AWARDS



NEU!
GELBES GOLD: exklusive Film-Premiere
auf ICH-LIEBE-KAESE.DE/GELBESGOLD



BAKING BREAD



CHEESE AND THE CITY



137.327
2
18
18
2
Baking
56

79.904
2
8
18
7
Bread
35

GIOVANNI FERRARI MINI-CALZONE

Krimi | Dauer: 40 Min. | S. 22

Bei meiner Lieblingsserie brauche ich Nervennahrung, um die Hochspannung auszuhalten. Mein Tipp aus dem Küchenlabor: Mini-Calzone, gefüllt mit Giovanni Ferrari Mozzarella, Basilikum und passierten Tomaten.

Regie: Larissa



Ad-Blocker aktivieren?

JETZT SPIELEN & GEWINNEN!

1 von 30
Brunch-Saltletts-
Partypaketen gewinnen!

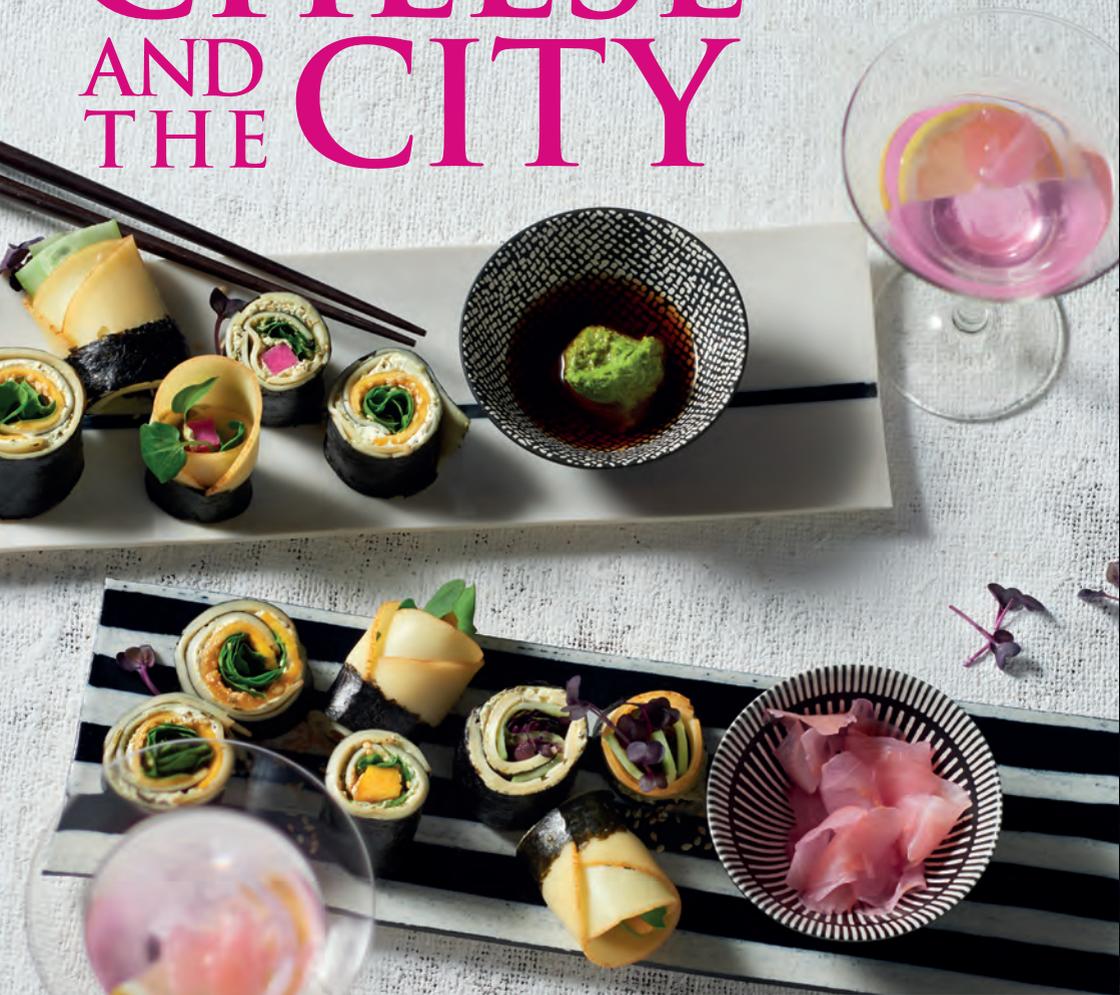
Jetzt mitmachen:
einfach eine E-Mail an
brunch-gewinnspiel@ich-liebe-kaese.de schicken und an der Verlosung* teilnehmen.

Zubereitet mit:



Aktion vom 01.01. bis 31.05.2020. Teilnahmebedingungen unter brunch.de
*Eine Teilnahme pro Person bzw. E-Mail-Adresse. Verlosung nach Aktionsende.

CHEESE AND THE CITY



FOL EPI SUSHI-RÖLLCHEN

Liebeskomödie | Dauer: 35 Min. | S. 22

Ohne Snacks kein Mädelsabend! Mein Lieblingstipp sind mundgerechte Sushi-Käse-Röllchen mit Fol Epi und Pesto. Super lecker und mit einem Happs im Mund!

Regie: Naharath



Zubereitet mit:



AND THE POTATO

GOES TO ...



GÉRAMONT QUETSCHKARTOFFELN

Event | Dauer: 55 Min. | S. 22

Große Events schaue ich am liebsten mit meinen besten Freunden. Unser kleines Ritual: Quetschkartoffeln mit würzigem Gérardont. Gemeinsam eine Sünde wert.

Regie: Michelle



DEINE GRÜNE KÜCHE

Tierisch lecker -
mit Käse statt Fleisch!

Grün ist im Trend – und das zu Recht. Denn die grüne Küche ist genauso lecker wie vielfältig und steht für bewusstes Genießen. Essen ist längst zum Lifestyle geworden und unsere Ernährung prägt unsere Gesundheit. Das bedeutet aber nicht, dass wir verzichten müssen. Denn wer vermisst schon Fleisch, solange es Käse gibt?



Runde Sache

Diese mit allerlei Leckereien gefüllten Ofenkartoffeln sind fester Bestandteil der türkischen Küche und dort nicht mehr wegzudenken. In unserer Variante haben wir eine Süßkartoffel mit Kichererbsen und Géramont Classic gefüllt sowie das Ganze mit exotischen Gewürzen abgeschmeckt. Yummy!

Rezept auf S. 21

Quirlig bunt

Die sogenannten „Zoodles“, Nudeln aus Zucchini, sind besonders beliebt, wenn man auf Kohlenhydrate verzichten möchte. Die grüne Alternative ist gesund und frisch. Zubereitet mit Tomaten und Pesto steht sie den Pasta-Klassikern in nichts nach! Abgerundet wird das Gerichte mit geriebenem Giovanni Ferrari Grana Padano Reserva.

Rezept auf S. 21





🕒 20 Min. 🍳🍳🍳

Falafel-Toastbrot



Vollkorntoast mit Géramont Scheiben, Falafelbällchen und Ofengemüse

Für 4 Sandwiches:

225 g Géramont Scheiben Sahnig-Mild (Pckg. à 150 g), 185 g Brunch „Paprika & Peperoni“ (Pckg. à 200 g), 1 Pckg. Falafel-Mix, 200 ml Öl zum Braten, 600 g Gemüse (Aubergine, Zucchini, Möhren, Süßkartoffel, rote Zwiebel, Kohlrabi), 1 Zitrone, 4 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 2 Tomaten, 1 Bund Rucola, 50 g Tortillachips, 3 EL BBQ-Sauce, 12 Scheiben Vollkorntoast

1. Falafel-Mix anrühren, 16 Bällchen formen. Backofen vorheizen (200 °C). 600 g Gemüse waschen bzw. schälen, in Scheiben schneiden, salzen, pfeffern. Zitronensaft mit Olivenöl mischen, zum Gemüse geben. Auf mit Backpapier ausgelegtem Blech 15 Min. backen.
2. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden, Rucola waschen, trocknen. Tortillachips zerbröseln. Brunch "Paprika & Peperoni" mit BBQ-Sauce verrühren.
3. Falafelbällchen 5 Min. braten.
4. Toastscheiben toasten. 8 Scheiben mit BBQ-Dip bestreichen. Mit Falafelbällchen, Ofengemüse, Tomaten, Rucola, Tortillabröseln und Géramont Scheiben belegen. Mit Toast bedecken, servieren.



🕒 20 Min. 🍳🍳🍳

Mango-Focaccia



Focaccia-Tower mit Fol Epi Classic und Karotten-Curry-Hummus

Für 4 Sandwiches:

225 g Fol Epi Classic (Pckg. à 150 g), 150 g Möhren, 1 Zwiebel, Salz, 2 TL Currypulver, Chili, Kreuzkümmel, ca. 200 g gekochte Kichererbsen (Glas oder Dose), 3 EL Nussmus, z. B.: Haselnussmus, 1 EL Zitronensaft, 1 kleine Handvoll aromatische Salate (z. B. Rucola, Portulak), 1 kleine Handvoll Kresse-Mix, 100 g (roter) Rettich, 150 g Mango, 4 Stück Focaccia (ca. 10 cm x 12 cm)

1. Möhren, Zwiebel schälen, in Scheiben schneiden. Mit 3 EL Wasser zugedeckt bei mittlerer Hitze 10 Min. dünsten, salzen, mit Curry würzen.
2. Kichererbsen abgießen, Flüssigkeit auffangen. Kichererbsen mit 3 EL Flüssigkeit, Nussmus, Zitronensaft mixen, mit Salz, Chili, Kreuzkümmel würzen. 3/4 des Hummus beiseitestellen, den Rest mit Möhren und Zwiebel mixen.
3. Salat waschen. Rettich, Früchte waschen, in dünne Scheiben schneiden.
4. Focaccia aufschneiden, auf dem Toaster rösten. Mit Hummus, Karottenhummus bestreichen und mit allen Zutaten und Fol Epi großzügig belegen. Sandwiches stapeln.



🕒 20 Min. 🍳🍳🍳

Avocado-Pumpernickel



Pumpernickel-Sandwich mit Saint Albray Scheiben und Räucherlachsforelle

Für 4 Sandwiches:

260 g Saint Albray Scheiben Cremig-Intense (Pckg. à 130 g), 185 g Brunch „scharfe Wurzel“ (Pckg. à 200 g), 1 Avocado, 1 Gurke, 1 Lauchzwiebel, 1 kleine Handvoll Sprossen, 1 Bund Rucola, 100 g Rote Bete, gekocht, 8 Scheiben Pumpernickel, 2 EL Dijon-Senf, 150 g Räucherlachsforelle, 1 EL Rotweinessig, 1 EL Honig, 150 ml Rapsöl, 1/2 Bund Dill, Salz, Pfeffer

1. Senf, Essig, Honig verrühren. Salzen, pfeffern. Rapsöl unterschlagen. Dill waschen, hacken, dazugeben.
2. Avocado halbieren, schälen. Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen, raspeln, leicht salzen. Lauchzwiebel putzen, in Ringe schneiden. Sprossen, Rucola waschen, trocknen. Rote Bete in Scheiben schneiden.
3. Ausgedrückte Gurkenraspel mit Brunch "scharfe Wurzel" verrühren. 6 Scheiben Pumpernickel damit bestreichen. Mit Avocado, Rucola, Roter Bete, Lauchzwiebeln, Sprossen, Räucherlachsforelle, Saint Albray Scheiben belegen. Mit Honig-Senfauce würzen. Scheiben stapeln, mit Pumpernickel zudecken und halbieren.



🕒 20 Min. 🍳🍳🍳

Pastrami-Bauernbrot



Bauernbrot-Sandwich mit Saint Albray Scheiben und Pastrami

Für 4 Sandwiches:

260 g Saint Albray Scheiben Cremig-Würzig (Pckg. à 130 g), 200 g Süßkartoffeln, 200 g Kräuterseitlinge, 2 Knoblauchzehen, 3 EL Rapsöl, Salz, Pfeffer, Kümmel, 200 g Rosenkohl, 1/2 Bund Petersilie, 1 rote Peperoni, 1/4 Zitrone, 4 Salatblätter, 4 Scheiben Bauern-Krustenbrot, 4 EL Butter, 4 EL Cranberrysauce, 150 g Pastrami

1. Backofen vorheizen (220 °C). Süßkartoffeln waschen, mit Schale in Scheiben schneiden (4 mm dick). Pilz-Stiele in Scheiben schneiden. Knoblauchzehen mit Schale zerquetschen, mit Süßkartoffeln, Pilzen, 2 EL Öl, Salz, Pfeffer auf Backblech mit Backpapier verteilen. 15 Min. backen.
2. Rosenkohl putzen, in Streifen schneiden. Petersilie waschen, zupfen. Peperoni hacken. Mit 2 TL Zitronensaft zum Kohl geben. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel, 1 EL Öl würzen, kneten.
3. Salat waschen. Auf 3 gebutterten Brotscheiben verteilen. Mit Saint Albray Scheiben und Pastrami belegen. Kohlsalat, Süßkartoffeln, Pilze, Cranberrysauce darauf verteilen. Alle 4 Scheiben stapeln, mit Spießchen fixieren und noch einmal durchschneiden.



🕒 25 Min. 🍳🍳🍳

Zoodles Quirlig bunt



Zucchini-Spaghetti mit Avocado-Mandel-Pesto

Für 4 Portionen:

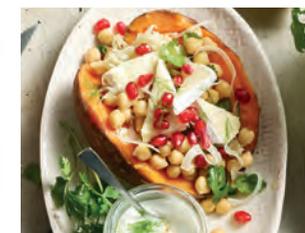
800 g Zucchini, mit Spiralschneider zu Spaghetti geschnitten, 200 g Kirschtomaten, halbiert, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer

Für das Pesto:

100 g Giovanni Ferrari Grana Padano Riserva (Pckg. à 150 g), 2 Bund Petersilie, 1 Avocado, 50 g blanchierte Mandeln, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 1 TL geraspelte Zitronenschale

Pesto: Knoblauch schälen. Mit Petersilie, Öl und Mandeln grob zerkleinern (Mixstab). Avocado schälen, ohne Kern dazugeben, erneut mixen. Zitronenschale und 75 g des Giovanni Ferrari Grana Padano Riserva zugeben, erneut mixen.

Zoodles: Kirschtomaten in 2 EL Öl anbraten. Zucchini zugeben, ca. 2 Min. schwenken. Salzen, pfeffern. Pesto zugeben, das Ganze auf Tellern anrichten und mit restlichen 25 g Giovanni Ferrari Grana Padano Riserva servieren.



🕒 60 Min. 🍳🍳🍳

Kumpir Runde Sache



Süßkartoffel-Kumpir mit Kichererbsen und Géramont

Für 4 Portionen:

1 Pckg. Géramont Classic (à 200 g), 4 mittelgroße Süßkartoffeln, 300 g Kichererbsen (Glas), 1 Fenchel, 50 g junger Blattspinat, 1 Bund Koriander, 1 Becher Joghurt (à 150 g), 1 unbehandelte Zitrone, 3 EL Olivenöl, 1 TL Kreuzkümmelsamen, 1/2 TL Fenchelsamen, 1/2 TL Koriandersamen, 2 EL Granatapfelkerne, Pfefferkörner, Salz

1. Ofen vorheizen (200 °C). Süßkartoffeln mit Schale mit Öl einreiben, in Alufolie wickeln. Auf dem Blech 1 Std. backen. Abkühlen lassen.
2. Topping: Kichererbsen abgießen, spülen.
3. Zitronenschale raspeln, mit Öl, Salz, Zitronensaft mischen. Kreuzkümmel-, Fenchel-, Koriandersamen mit Pfeffer rösten, zerstoßen, dazugeben. Kräuter hacken, die Hälfte mit Kichererbsen zur Marinade geben.
4. Süßkartoffeln aus der Folie nehmen, längs aufschneiden, aufklappen. Inneres salzen. Fenchel ohne Grün hobeln. Mit Spinat, Kichererbsen-Marinade vermengen. Géramont schneiden, zugeben. Auf Süßkartoffeln verteilen. Fenchelgrün, Granatapfelkerne darübergeben. Joghurt mit Kräutern als Dip reichen.



40 Min.



35 Min.



15 + 40 Min.



Baking Bread



Mini-Calzone

Für 4 – 6 Portionen – 12 Stück:

1 Pckg. Giovanni Ferrari Edizione del Maestro (à 60 g), 300 g Giovanni Ferrari Mozzarella (Pckg. à 125 g), 500 g fertiger Pizzateig (Kühlregal), etwas Mehl, 2 Knoblauchzehen, 6 EL Olivenöl, 500 g passierte Tomaten, 1 TL getrockneter Oregano, Salz, Pfeffer, 6 Basilikumstängel, 100 g Grünkohl, 2 EL Pinienkerne

1. Knoblauch schälen, hacken. Mit Olivenöl 2 Min. anschwitzen. Passierte Tomaten, Oregano zugeben. Salzen, pfeffern, bei geringer Hitze 10 Min. kochen lassen. Immer wieder umrühren.

2. Ofen mit Backblech vorheizen (280 °C). Mozzarella würfeln. Basilikum zupfen. Grünkohl waschen, trocknen, Blätter in Streifen schneiden.

3. Aus dem Teig 12 Kreise ausstechen (12 – 14 cm Durchmesser). Je 1 – 2 EL Tomatensauce darauf verteilen. Mit Mozzarella, Basilikum, Grünkohl, Pinienkernen belegen. Mit Giovanni Ferrari Edizione del Maestro bestreuen. Zusammenfalten, nochmals mit Giovanni Ferrari Edizione del Maestro bestreuen, Teigränder feucht andrücken. Calzone mit Backpapier auf dem heißen Blech im Ofen 5 – 8 Min. backen.

Cheese and the City



Sushi-Röllchen

Für 4 Portionen:

6 EL Brunch "Feine Kräuter" (Pckg. à 200 g), 300 g Fol Epi Classic (Pckg. à 150 g), 1 Bund Rucola, 1 Schachtel lila Kresse, 1 Gurke, 2 EL weiße Sesamsamen, 1 EL Basilikumpesto, 125 g Hummus, 6 EL rotes Tomaten-Pesto, 7 Noriblätter

1. Rucola waschen, trocknen. Kresse abschneiden. Gurke schälen, quer halbieren, längs in sehr dünne Scheiben schneiden. Sesamsamen unter Wenden rösten.

2. Noriblätter auslegen, mit je 2 Scheiben Fol Epi Classic belegen. Brunch "Feine Kräuter" mit Basilikumpesto verrühren. Fol Epi Classic Scheiben je zu 1/3 mit Pestocrema, Tomaten-Pesto und Hummus bestreichen.

3. Anschließend zu 1/3 mit Gurkenscheiben, Rucola und Kresse belegen, mit Sesam bestreuen. Eng aufrollen. Die fertigen Röllchen in je 6 Stücke schneiden. Auf einer Platte arrangieren.

Potato-Awards



Quetschkartoffeln

Für 4 Portionen:

1 Pckg. Géramont Classic (à 200 g), 800 g kleine Kartoffeln, Salz, 100 g Frühstücksspeck, 1 Bund Petersilie, 2 Zwiebeln, 3 EL Rapsöl, 2 EL Mehl, milde Nacho-Chilisauce zum Dippen

1. Kartoffeln waschen. Mit Schale in Salzwasser 20 Min. kochen, abgießen, ausdampfen lassen. Speck quer in 3 cm breite Streifen schneiden. Petersilie waschen, trocknen, zupfen, grob hacken. Zwiebeln schälen, halbieren, in dünne Scheiben schneiden.

2. Speck mit Öl bei mittlerer Hitze unter Wenden knusprig braten, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Zwiebeln in einem Sieb mit Mehl bestäuben. Im Speckfett goldbraun braten, herausnehmen und abtropfen lassen.

3. Kartoffeln mit dem Handballen leicht zerquetschen, im restlichen Öl in der Pfanne 15 Min. goldbraun rösten. Géramont Classic in Scheiben schneiden.

4. Quetschkartoffeln mit Speckbröseln, Petersilie, Zwiebeln und Géramont Classic anrichten. Mit Nacho-Chilisauce servieren.