



Martin Grolms & Annika Kuhn

PINIPAS PFANNKUCHEN BÄCKEREI

Die leckersten Pfannkuchen aus Europa



 GRUHNING



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union

»Pinipas Pfannkuchenbäckerei – die leckersten Pfannkuchen aus Europa«,
2016 als Hardcover erschienen im Gruhnling Verlag

Gestaltung & Design: Annika Kuhn
Text: Martin Grolms

Alle Rechte, einschließlich derjenigen des auszugsweisen Abdrucks vorbehalten.

All rights reserved: no part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording, or otherwise, without the prior written permission of the publishers.



© Gruhnling Verlag, Aachen 2023, auszugsweise digitale Fassung zur Nutzung innerhalb des Projekts »EuKiD – Europabezogene Kompetenzen im Deutschunterricht« der Europa-Universität Flensburg und der Universität Kassel.

DIE BESTE UND GEHEIME FREUNDIN



• PINIPA •

Hallo, ich bin Greta und möchte euch jemanden vorstellen. Und zwar meine beste und geheime Freundin Pinipa. Ich habe noch niemandem von ihr erzählt und wenn ihr nichts verratet, bleibt das weiterhin so. Egal wo ich bin und was ich unternehme, Pinipa ist immer dabei.

Genauso wie ich, liebt Pinipa aufregende Abenteuer. Keine Höhe ist ihr zu hoch, kein Wasser ist ihr zu nass, keine Gefahr zu gefährlich. Pinipa erlebt spannende Geschichten und lernt eine Menge lustige Freunde kennen.

♡ Backe, backe Pfannkuchen ♡

In den Sommerferien ist Greta mit ihren Eltern nach Italien gefahren. Das war vielleicht schön! Als sie mal wieder so richtig Lust auf ihre Lieblingspeise Pfannkuchen hatte und stattdessen eine Frittata bekam, war sie zuerst enttäuscht. Sie hatte doch einen ganz normalen Pfannkuchen erwartet, einen mit Schokicreme oder mit Zimt und Zucker.

Obwohl sie zugeben muss, dass die Frittata wirklich sehr gut geschmeckt hat, schickte Greta ihre beste und geheime Freundin Pinipa auf eine Reise. Sie sollte die leckersten Pfannkuchen finden.

Pinipa erlebte auf ihrer Pfannkuchensuche durch Europa mal wieder lustige und spannende Abenteuer. In England hat sie ein Polizeimoorhuhn getroffen, das für den Pancake Day geübt hat. Sie hat sich im Geweih eines schwedischen Elches verheddert und in Moskau einen Nerz von einem riesig hohen Turm gerettet. Pinipa kennt nun die Legende vom Kaiserschmarrn und die von der Prinzessin Europa.

Die kleine Heldin hat am Bosphorus Apfeltee getrunken und mit einem Wildschwein Geburtstag gefeiert. In ihrer fliegenden Tasse entdeckte die neugierige Freundin unseren Kontinent, und ganz nebenbei hat sie von überall schmackhafte Pfannkuchenrezepte mitgebracht.

Jetzt ist es an der Zeit, all die leckeren Rezepte gemeinsam mit Greta auszuprobieren. Mal sehen, ob eine neue Lieblingspeise dabei ist.





PINIPAS LECKERSTE PFANNKUCHENREZEPTE aus ganz EUROPA

TIPP:

Bevor du so richtig mit der Pfannkuchenbäckerei loslegst, solltest du immer erst einmal das ganze Rezept lesen. Dann kann nichts schief gehen.

Hinten im Kochlexikon findest du alle Einheiten aus den Zutatenlisten und einige Begriffe aus den Anleitungen erklärt. Die haben wir mit einem Sternchen markiert.

Los geht's. Viel Spaß beim Backen.



♥ KARTOFFEL TORTILLA ♥

Wenn es bei Graziella mit dem Auto in den Urlaub geht, darf die Tortilla (gesprochen: »Tortija«) als Pausensnack nicht fehlen. Das ist schon so, seitdem sie ein kleines Mädchen war. Tortilla schmeckt vielen Spaniern zu jeder Gelegenheit. Ob warm als Hauptgericht, als kalte Vorspeise für zwischendurch oder im Brötchen für unterwegs – Tortilla ist immer lecker.

ZUTATEN

für 4 Personen

3-4 große Kartoffeln (500 g)

1 große, weiße Zwiebel

6 Eier

2-3 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

1. Schäle die Kartoffeln und teile sie in 4 Stücke. Jedes Kartoffelviertel schneidest du in sehr feine Scheiben. Nun schneidest du die Zwiebel in kleine Würfel. Anschließend schlägst du die Eier in einer großen Schüssel auf. Würze sie kräftig mit Salz und Pfeffer und verquirl das Ganze gut mit dem Schneebesen.

2. Schütte das Olivenöl in eine beschichtete Pfanne und lass es heiß werden. Nun die Zwiebelwürfel hinzugeben und anbraten. Nach kurzer Zeit gibst du die Kartoffelscheiben dazu und rührst 10 Minuten. Bevor die Kartoffeln braun werden nimmst du die Pfanne vom Herd und lässt sie etwas abkühlen. Anschließend vermengst du die Mischung aus Kartoffeln und Zwiebeln mit den Eiern in der Schüssel.

3. Dann stellst du die Pfanne bei mittlerer Hitze wieder auf den Herd, gibst den Inhalt der Schüssel hinein und brätst die Tortilla 5-8 Minuten. Sobald das Ei anfängt fest zu werden, stürzt du die Tortilla auf einen Teller. Lass dir hierbei von einem Erwachsenen helfen. Jetzt garst du die Tortilla weitere 3 Minuten von der anderen Seite fertig.



Dieses Rezept ist von Graziella. Mehr über sie erfährst du auf den letzten Seiten.



CRÊPE

Crêpes sind sehr dünn gebackene Pfannkuchen aus Frankreich, die man mit frischem oder gekochtem Obst, z. B. mit Äpfeln oder Blaubeeren, Konfitüre oder Schokicreme füllen kann. Dieses Rezept hat Regina vor vielen Jahren während eines Urlaubs in der Bretagne von Madame Armelle bekommen.

ZUTATEN
für 4 Personen

Teig:

2 ½ Tassen Mehl (260 g)
4 Tassen Milch (500 ml)
4 Eier
etwas flüssige Butter (60 g)
1 TL Zucker
¼ TL Salz

Blaubeersofse:

2 Tassen Blaubeeren (150 g)
2 EL Zucker
¼ TL Zimt
2 EL Wasser



1. Du mischst das Mehl mit dem Salz und dem Zucker in einer großen Schüssel. Die Eier schlägst du in einem Messbecher auf und verrührst sie mit einem Schneebesen. Nun lässt du die Butter bei leichter Wärme in einem Topf schmelzen. Sie muss nicht heiß, sondern nur flüssig sein.
2. Jetzt verrührst du mit einem Mixer 2 Tassen Milch mit dem Mehl. Dann gibst du nach und nach die restliche Milch und die Eier dazu. Wenn der Teig gut verrührt ist, kannst du die flüssige Butter dazugeben.
3. Du füllst die Blaubeeren in eine kleine Schüssel und streust Zucker und Zimt darüber. Gib Wasser dazu und stell die Schüssel mit den Beeren für 2 Minuten in die Mikrowelle. Einmal umrühren und fertig ist die Soße.
4. In einer großen, flachen und beschichteten Pfanne lässt du etwas Butter schmelzen und gibst mit einer Suppenkelle Teig hinein. Bewege die Pfanne zu allen Seiten, sodass der Teig sich ganz dünn verteilt. Bei mittlerer Hitze backst du die Crêpe 3-4 Minuten.



Dieses Rezept ist von Regina. Mehr über sie erfährst du auf den letzten Seiten.



♡ BANANEN PANCAKES ♡

England ist berühmt für das leckere Frühstück. Üblich sind Eier und Kartoffeln, Würstchen, gebackene Bohnen und Speck. Dazu gibt es natürlich Toast und für gewöhnlich Tee. Weltberühmt sind auch die englischen Pancakes. Laura hat ein köstliches Pancakerezept,

ZUTATEN

für 6 kleine Pancakes

1 reife Banane

6-7 EL zarte Haferflocken (40 g)

1 Tasse Milch (125 ml)

1 EL Großblatthaferflocken (10 g)

1 Riegel Schokolade (20 g)

1 TL Backpulver

½ TL Vanillepulver oder

1 Päckchen Vanillezucker

etwas Öl für die Pfanne

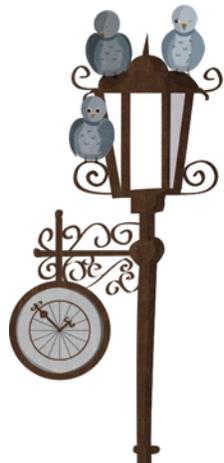
1. Zermatsche die Banane mit einer Gabel in einer Schüssel. Gib die Haferflocken und die Milch dazu und vermische alles gut.

2. Rühre dann das Backpulver und das Vanillepulver unter die Masse. Zerkleinere die Schokolade und hebe die Schokostücke unter deinen Pancaketeig.

3. Nun erhitzt du eine Pfanne auf mittlere Stufe und schüttest vorsichtig ein wenig Öl hinein. Pro Pancake gibst du einen Esslöffel deines Teigs in die Pfanne. Sobald der Pancake nach 1-2 Minuten an den Rändern Bläschen bekommt, kannst du ihn umdrehen.

4. Genieße deine Pancakes mit ein paar frischen Bananenscheiben und ein paar Schokoladenstücken.

Dieses Rezept ist von Laura.
Mehr über sie erfährst du
auf den letzten Seiten.



♡ PANNENKOEKEN ♡

Die Niederlande oder Holland, wie viele Leute sagen, ist für Pfannkuchenfans eines der schönsten Länder der Welt. Denn in den Niederlanden gibt es überall Restaurants, die nichts anderes als Pfannkuchen servieren (Pannenkoekenhuisjes genannt). Es gibt dort welche mit Käse und welche mit Obst oder welche mit Speck und so weiter. Janina hat euch welche mit Sirup gemacht.

ZUTATEN

für 4 Pannenkoeken

2 gehäufte Tassen Mehl (250 g)

2 Eier

4 Tassen Milch (500 ml)

Prise Salz

1 TL Zucker

Butter für die Pfanne

Braunen Zucker

Holländischen Stroop (Sirup),

Ahornsirup oder Rübenkraut

1. Gib die Hälfte des Mehls in eine Rührschüssel und füge Eier, Milch, Salz und Zucker hinzu und verrühre alles mit einem Schneebesen, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind.

2. Jetzt rührst du das restliche Mehl unter, bis du einen glatten Pannenkoekenteig hast. Bevor es weitergehen kann, muss dein Teig 30 Minuten ruhen.

3. Lass bei mittlerer Hitze etwas Butter in einer großen Pfanne schmelzen und gib dann $\frac{1}{4}$ von deinem Teig hinein. Backe den Pannenkoek 3-5 Minuten und lass ihn dann auf einen flachen Topfdeckel oder ein großes Küchenbrett gleiten. Mit Hilfe des Deckels oder dem Brett kannst du den Pannenkoek wenden und nochmal 3-5 Minuten auf der anderen Seite zu Ende backen.

4. Gib den ersten Pannenkoek auf einen großen Teller und bereite die anderen 3 genauso zu. Bestreue die Pannenkoeken mit etwas braunem Zucker und gieß ein wenig Stroop darüber.

Guten Appetit – Eet smakelijk*



♡ KAISERSCHMARRN ♡

Melanie kommt wie Kaiserschmarrn aus Österreich. Traditionell* bereiten die Österreicher ihren Kaiserschmarrn mit einer Handvoll Rosinen in einer mit Butter erhitzten Pfanne zu und geben ihn dann zum Karamellisieren in den Ofen. Melanie hat aber ein einfacheres Rezept für euch.

ZUTATEN

für 4 Personen:

2 Tassen Milch (250 ml)
1 gehäufte Tasse Mehl (130 g)
2 EL Zucker
1 EL Vanillezucker
6 Eier

1 EL Butter zum Backen
1 TL Vanillezucker
Puderzucker zum Bestreuen

Für das Apfelmus:

3 Äpfel
1 TL Zimt
1 EL Vanillezucker

1. Trenne die Eier in Eiklar* und Eidotter* – am besten bittest du Mama oder Papa um Hilfe. Dotter, Milch, Mehl und Vanillezucker rührst du in einer großen Schüssel glatt*. Das Eiklar schlägst du in einer zweiten Schüssel zusammen mit dem Zucker steif. Dann mischst du es unter die Mehlmasse.

2. Heize den Ofen auf 180 Grad Heißluft* oder 200 Grad bei Ober-/Unterhitze vor. Du benötigst eine Pfanne, die in den heißen Ofen darf. Stell sie auf die mittlere Schiene und lass die Butter darin schmelzen. Nun gib die Masse in die Pfanne. Nach 12 Minuten zerstückst du den Teig mit einer Gabel, streust etwas Vanillezucker darüber und lässt ihn weitere 5 Minuten fertigbacken.

3. Für das Apfelmus schälst du Äpfel und schneidest sie in kleine Stücke. Die Äpfel kochst du mit Zimt, Vanillezucker und Wasser weich. Gieße das Wasser ab und püriere die weichgekochten Äpfel in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer.

4. Jetzt darfst du den Kaiserschmarrn noch einmal reichlich mit Puderzucker bestreuen.



♡ Süße PALATSCHINKEN ♡

Weil Palatschinken so lecker sind, werden sie nicht nur in Ungarn gerne gegessen. Palatschinken heißen sie auf Deutsch und auf Ungarisch »palacsinta«. In Rumänien nennt man sie beispielsweise »clătite«, in der Slowakei »palacinky« und in Bulgarien »palatschinki«.

ZUTATEN

für 4-5 Palatschinken

Teig:

1 ½ Tassen Mehl (150 g)

2 Eier

2 Tassen Milch (250 ml)

1 Päckchen Vanillezucker

1 EL Zucker

Prise Salz

fast 1 Tasse Sprudelwasser (100 ml)

Füllung:

fast 2 kleine Packungen Quark mit 20% Fett (400 g)

1 Päckchen Vanillezucker

2 EL Zucker

deine Lieblingsmarmelade

Öl zum Ausbacken

(z. B. Sonnenblumenöl)

1. Gib das Mehl in eine große Schüssel. Verquirle die Eier mit der Milch, dem Vanillezucker, dem Zucker und einer Prise Salz in einer anderen Schüssel. Mische alles nach und nach unter das Mehl, sodass ein dickflüssiger Teig entsteht. Zum Schluss das Sprudelwasser unterrühren und den Teig 15 Minuten ziehen lassen.

2. Erhitze etwas Öl in einer großen beschichteten Pfanne und gib eine Kelle vom Teig hinein. Verteile den Teig vorsichtig zu einem runden Palatschinken. Backe den Palatschinken auf jeder Seite 1-2 Minuten, bis er goldgelb ist. So machst du alle Palatschinken.

3. Verrühre den Quark mit dem Vanillezucker und dem Zucker zu einer cremigen Masse. Verstreiche jeweils 2 Esslöffel deiner Füllung auf den Palatschinken und verteile längs einen Esslöffel deiner Lieblingsmarmelade darauf. Zum Schluss rollst du den Palatschinken auf und schon ist er fertig.

Jetzt kannst du deine Palatschinken noch mit Puderzucker bestreuen und mit Beeren verschönern.



Dieses Rezept ist von Joanna. Mehr über sie erfährst du auf den letzten Seiten.



♡ GÖZLEME MIT PISTAZIEN ♡

Gözleme kommen aus der Türkei. Genauso wie überall auf der Welt lieben auch die Kinder in der Türkei süßes Essen, deshalb gibt es auch süße Gözleme. Gülsah verrät euch ihr Rezept für »Fistikli Gözleme«, was so viel heißt wie Pistazien Gözleme.

ZUTATEN

für 4-5 Gözleme

Teig:

1 ½ Tassen Mehl (150 g)

¾ Tasse warmes Wasser (80 ml)

¼ Würfel frische Hefe

Prise Salz

½ TL Zucker

Füllung:

1 Tasse Sahne (125 ml)

1 Päckchen Vanillezucker

½ Päckchen Sahnesteif

1 Handvoll gehackte Pistazien

Zimt (gemahlen)



1. Gib das warme Wasser in eine Schüssel und löse die Hefe darin auf. Du kannst mit einer Gabel umrühren, bis die Hefe verschwunden ist.

2. Vermenge das Mehl mit Salz und Zucker und schütte die gelöste Hefe dazu. Verknete das Ganze mit den Händen zu einem Teig. Dann deckst du ihn mit einem Geschirrtuch ab und lässt ihn an einem warmen Ort für 15 Minuten ruhen.

3. In der Zwischenzeit machst du die Füllung. Gib Vanillezucker und Sahnesteif zur Sahne und schlag sie mit einem Mixer steif.

5. Jetzt knetest du den Teig noch einmal durch und formst ihn zu 4-5 Kugeln. Der Teig klebt nicht so an den Händen, wenn du sie vorher mit etwas Mehl einreibst. Verteile genügend Mehl auf der Arbeitsfläche und lege deine eingemehlten Teigkugeln darauf ab. Nun rollst du jede Kugel kreisförmig aus. Der Teig muss lange ausgerollt werden, damit der Teigkreis schön groß und dünn wird.

6. Verteile 1-2 Esslöffel deiner Füllung auf einer Gözlemehälfte. Lasse dabei einen Rand frei, den du mit gehackten Pistazien und Zimt bestreust. Nun klappt du dein Gözleme zusammen und drückst den Rand fest aneinander.

7. Erhitze eine Pfanne und backe deine Gözleme ohne Öl von beiden Seiten je 3 Minuten bei mittlerer Hitze.



Dieses Rezept ist von Gülsah. Mehr Infos über sie findest du auf den letzten Seiten.



♡ TIGANITES ♡

Tiganites kommen aus Griechenland. Das griechische Wort »tigani« bedeutet Pfanne. Sie sind die ältesten Pfannkuchen Europas und werden seit Tausenden von Jahren zum Frühstück gegessen. Zusammen mit Ziegenkäse, Zucchini oder Aubergine essen viele Griechen sie aber auch gerne später am Tag.

ZUTATEN

für 8-10 Tiganites

fast 1 ½ Tassen Mehl (140 g)

1 Tasse Milch (120 ml)

1 Ei

2 EL Zucker

½ TL Backpulver

Prise Salz

4 EL Öl (z. B. Sonnenblumenöl)

Honig

eine Handvoll Walnüsse

TIPP:

Versuche doch auch einmal Tiganites mit Gemüse. Du tauchst einfach geschnibbeltes Gemüse, z. B. eine Scheibe Zucchini oder Paprika in deinen Teig und backst sie in der Pfanne aus. Mische dafür deinen Teig ohne Zucker.

1. Gib zuerst Mehl, Milch, Ei, Backpulver, Salz und Zucker in eine große Schüssel und verrühre alles mit einem Schneebesen.
2. Für deine fertigen Tiganites legst du einen großen Teller mit Küchenpapier aus. Dann erhitzt du etwas Öl in einer Pfanne. Sobald das Öl heiß ist, kannst du mit einem Esslöffel kleine Tiganites in die Pfanne geben und von jeder Seite goldbraun backen. Zum Umdrehen der kleinen Tiganites nimmst du am besten einen Pfannenwender.
3. Deine fertigen Tiganites legst du auf den Teller mit Küchenpapier. Der Teig reicht für 8-10 Tiganites.
4. Zum Schluss beträufelst du sie mit Honig und streust ein paar Walnüsse darüber. Wenn dir die Walnüsse zu groß sind, hackst du sie ein bisschen kleiner oder brichst sie in Stücke. Lass dir die leckeren Tiganites schmecken.



Dieses Rezept ist von Maria & Perry. Mehr Infos über die beiden auf den letzten Seiten.



PINIPAS Foodblogger



GÜLSAH AKKAYA
Foodbloggerin

Gülsah liebt es, mit Zutaten zu experimentieren, Klassisches zu verändern, Neues zu wagen und natürlich am Ende alles zu essen. Von leckeren Müslis mit Granola, Pancakes aus Haferflocken oder von Porridge mit Obst und Nüssen bekommt sie nie genug. Auch Backideen und Rezepte für den großen Hunger hat sie auf ihrem Blog.

✿ www.sommermadame.com



JANINA COORS
Foodbloggerin

Auf ihrem Blog veröffentlicht Janina regelmäßig neue Gerichte aus aller Welt. Manchmal verrät sie auch ein Familienrezept. Bei ihren Lesern möchte sie die Lust am »Selbermachen« wecken. Das Entdecken und Verarbeiten von guten Zutaten ist ihr dabei sehr wichtig. Kochen ist nicht nur ein Hobby – es ist ihre Leidenschaft!

✿ www.oh-wie-lecker.de



JOANNA KARON
Foodbloggerin

Wie der Name schon sagt, ist Joanna eine ganz Süße. Am liebsten backt sie Torten und Kuchen – dabei könnte sie stundenlang in der Küche stehen und sie probiert gerne Neues aus. Das ist aber nicht alles. Auch das ein oder andere herzhaftes Rezept will entdeckt und nachgekocht werden.

✿ www.kuechenzuckerschnecke.de



PERRY LOPES & MARIA KREMMIDA
Foodblogger

Maria und Perry lieben gutes und gesundes Essen, das alltagstauglich ist. Sie wollen ihre Leser ebenfalls dafür begeistern. Ihre Sammlung umfasst über 210 Rezepte in allen möglichen Kategorien – es ist also für jeden etwas dabei.

✿ www.recipesandmore.de

PINIPAS FOODBLOGGER



LAURA EWE
Foodbloggerin

Laura zeigt euch, wie ihr mit kleinen Tricks euer Essen in eine gesunde und leckere Mahlzeit verwandeln könnt. Dabei geht es nicht darum, 100 Prozent gesund zu leben, sondern seine eigene Balance im Alltag zu finden. Auf Lauras Blog sind leckere, unterschiedlichste Rezepte für jeden Tag zu finden.

✿ www.lauraewe.com



MELANIE SAVIC
Foodbloggerin

Melanie lebt in Österreich und legt viel Wert auf regionale Produkte. Ihr Blog ist vielfältig, denn sie liebt Kochen und Backen, hat Rezepte mit Fleisch, für Vegetarier und auch für Veganer. In erster Linie geht es um die Idee – alles muss zusammenpassen und lecker sein.

✿ www.gaumen-schmaus.at



GRAZIELLA MACRI
Foodbloggerin

Gute Produkte und frische Zutaten sind Graziella beim Kochen sehr wichtig. Ihre besondere Liebe gilt dem italienischen Essen, dennoch bereitet sie oft internationale Gerichte zu und probiert gerne Neues aus. Ihre Kochkünste konnten wir schon bei der »Küchenschlacht« im ZDF bewundern.

✿ www.graziellas-foodblog.de



REGINA OBERSTE-BERGHAUS
Foodbloggerin

Regina ist begeisterte Hobbyköchin und -bäckerin. Sie hat für euch die süßen Crêpes gemacht. Reisen nach Frankreich und Südamerika gehören zu ihren Leidenschaften. Auf ihrem Blog findest du viele leckere Koch- und Backrezepte, Tipps, kleine Reisegeschichten und viele Fotos.

✿ www.kochenausliebe.de

PINIPAS KOCHLEXIKON



EINHEITEN

Tasse	Kaffeetasse (wie bei Oma)
1 Tasse Mehl	100 g Mehl
1 Tasse Milch	125 ml Milch
1 Tasse Zucker	150 g Zucker
TL	Teelöffel
EL	Esslöffel
1 EL Zucker	20 g Zucker
1 EL Mehl	10 g Mehl
Prise	soviel, wie zwischen zwei Finger passt

BACKCHINESISCH

Abrieb	Damit ist z. B. bei einer Zitrone das Gelbe der Schale gemeint. Du kratzt mit einer Reibe etwas davon ab. Wichtig ist, dass du nicht das Weiße mit abreibst, denn das schmeckt bitter.
abschmecken	Probieren, ob es schmeckt und vielleicht nachwürzen.

al dente	Das bedeutet bissfest. Nudeln oder Reis haben noch einen festen Kern.
Apfelausstecher	Das ist ein Küchenwerkzeug, mit dem du das Apfelgehäuse ausstechen kannst.
bemehlt	Etwas in Mehl tunken oder mit Mehl bestreuen.
das/der Blog	Ein Blog ist so etwas wie ein Tagebuch im Internet. Man schreibt dort hinein, was einen gerade beschäftigt und lässt die Welt daran teilhaben.
der/die Blogger(in)	Das Wort kommt aus dem Englischen und bezeichnet jemanden, der ein Blog schreibt. Ein Foodblogger schreibt über Essen. (Food = Essen)
Bon Appetit	Das ist französisch und heißt »Guten Appetit«.
Buchweizenmehl	Dieses Mehl wird aus »Echtem Buchweizen« gewonnen. Buchweizen ist aber kein Getreide, sondern ein Knöterichgewächs. Es sieht wie eine schöne Wiesennblume aus. Das Besondere an Buchweizen ist, dass es ohne Gluten ist.
Butter zerlassen	Damit ist nichts anderes gemeint, als sie schmelzen zu lassen, bis sie flüssig ist.
Dobrout chut'	Das ist tschechisch und heißt »Guten Appetit«.
Eidotter	Das ist ein anderes Wort für Eigelb.
Eiklar	Das ist ein anderes Wort für Eiweiß.

Eischnee	Das ist kein echter Schnee, sieht aber fast so aus. Wenn du Eiweiß lang genug mit dem Mixer rührst, dann wird es ganz fest, so ähnlich wie Sahne.
Eet smakelijk	Das ist niederländisch für »Guten Appetit«.
gehen lassen	So nennt man es, wenn sich die Hefe vermehrt und Blasen im Teig entstehen.
glattrühren	Solange rühren, bis keine Klümpchen mehr zu sehen sind.
Heißluft, Umluft	Das ist heißer Wind im Backofen.
Holzlöffeltest	Damit du weißt, ob das Öl in der Pfanne heiß genug ist, kannst du einfach den Stiel eines Holzlöffels in das Öl halten. Sobald Bläschen daran hochsteigen, ist das Öl heiß genug.
Schichtkäse	Schichtkäse ist ein Frischkäse aus Kuhmilch, also eine besondere Form von Quark.
stocken	fest werden
Tee-Ei	Das ist ein geschlossenes Sieb für Tee.
traditionell	Das wird schon seit langer Zeit so gemacht.
TK	tiefgekühlt
vegan	Das heißt, alles was nicht von Tieren stammt.
Wasserbad	Du stellst eine kleine Schüssel in einen Topf mit heißem Wasser. In der Schüssel wird es dann warm.
Weizenmehl	Das ist das »normale«, weiße Mehl aus dem Getreide Weizen.