



SO KOCHT MANN!





Beste Rohstoffe für höchsten Genuss.

100% GELING-SICHER

SCHNELL & EINFACH

BIS ZU 58% WENIGER FETT

GEN-TECHNIK-FREI

AUS ECHTER HEIMISCHER SAHNE

Männerrezepte zum Verlieben!

Werden Sie zum Held am Herd! Menüs, die jeder(mann) kochen kann, um seine Liebste zu beeindrucken. Für dieses Rezeptheft haben wir uns abwechslungsreiche, schmackhafte und leichte Rezepte ausgesucht. Alle Menüs konzentrieren sich auf das Wesentliche: Unverfälscht, unkompliziert und kompromisslos gut!

Die Rezepte wurden von unseren Männer-Hobby-Köchen kreiert, sie sind 100 % gelingsicher. Mit QimiQ entfallen komplizierte Zubereitungsschritte, so können Sie in kürzester Zeit servieren. Auf geht's, die Kochlöffel schwingen und die Liebste mit Köstlichkeiten verwöhnen und beindrucken. Denn wie heißt es so schön? Liebe geht durch den Magen!

Ihr QimiQ Team

INHALT

2 Beste Rohstoffe

MENÜ EINS

- 4 Gemüsesalat
- 5 Hühnerbrust mit Kartoffelgratin und Kohlsprossen
- 6 Crème Brûlée

MENÜ ZWEI

- 8 Prosecco-Käse-Suppe
- 9 Gratiniertes Zanderfilet
- 10 Panna Cotta

MENÜ DREI

- 13 Avocadomousse mit Räucherlachs
- 14 Rinderfiletsteak mit Pfefferrahmsauce
- 15 Kuchen im Glas mit Vanillecreme und Himbeeren



13



10



14



GEMÜSESALAT

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 125 g** QimiQ Classic, ungekühlt
- 160 g** Zuckerschoten
- 230 g** Kohlrabi, gewürfelt
- 80 g** Brokkoli, in Röschen zerschnitten
- 100 g** Karotten, in Streifen geschnitten
- 2** Rote Paprikaschoten, gewürfelt

- 80 g** Kirschtomaten, geviertelt
- 70 ml** Olivenöl
- 1 TL** Basilikum, fein gehackt
- 1** Knoblauchzehe, fein gehackt
- 40 g** Grüne Oliven
Salz und Pfeffer
- 2 EL** Weißer Balsamico Essig

ZUBEREITUNG

1. Gemüse in Olivenöl ansautieren und aus der Pfanne nehmen.
2. Ungekühltes QimiQ Classic glatt rühren. Gemüse, Basilikum, Knoblauch, Oliven, Salz, Pfeffer und weißen Balsamico Essig dazumischen.
3. Abschmecken und servieren.



QimiQ CLASSIC VORTEILE

- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten
- Einfache und schnelle Zubereitung

Tipp

Salat 20 Minuten ziehen lassen.



HÜHNERBRUST MIT KARTOFFELGRATIN UND KOHLSPROSSEN

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 4** Hühnerbrüste à 160 g
Salz und Pfeffer
Pflanzenöl, zum Anbraten

FÜR DIE KOHLSPROSSEN

- 160 g** Kohlsprossen, gegart

FÜR DAS KARTOFFELGRATIN

- 250 g** QimiQ Saucenbasis
- 100 ml** Gemüsebrühe
- 500 g** Festkochende Kartoffeln, geschält, in Scheiben geschnitten
Salz und Pfeffer
Muskatnuss, gemahlen
- 80 g** Parmesan, gerieben

Tipp

Statt Parmesan kann auch Blauschimmelkäse verwendet werden.



ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 210 °C (Umluft) vorheizen.
2. Für das Kartoffelgratin: Alle Zutaten (außer Parmesan) zusammen gut vermischen und abschmecken.
3. Masse in eine befettete Auflaufform geben, mit dem Parmesan bestreuen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten backen.
4. Hühnerbrüste mit Salz und Pfeffer würzen, in heißem Öl beidseitig anbraten und im vorgeheizten Ofen bei 160 °C ca. 10 Minuten fertig garen.
5. Hühnerbrüste mit dem Kartoffelgratin und den Kohlsprossen anrichten.



CRÈME BRÛLÉE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 250 g** QimiQ Classic Vanille, ungekühlt
- 250 ml** Schlagobers 36 % Fett
- 4** Eigelb
- 60 g** Zucker
- Zucker, zum Karamellisieren



QimiQ CLASSIC VORTEILE

- Unterstreicht den Eigengeschmack der Zutaten
- Einfache und schnelle Zubereitung



ZUBEREITUNG

1. Backofen auf 120 °C (Umluft) vorheizen.
2. Ungekühltes QimiQ Classic Vanille glatt rühren.
3. Schlagobers, Eigelb und Zucker dazumischen. Masse in feuerfeste Förmchen füllen.
4. Förmchen auf ein tiefes Backblech stellen und so viel heißes Wasser in das Blech gießen, dass sie zur Hälfte im Wasser stehen.
5. Crème im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten stocken lassen.
6. Crème auskühlen lassen, mit Zucker bestreuen und mit einem Gasbrenner oder im Backofen bei maximaler Oberhitze karamellisieren.

Tipp

Mit einer Prise Zimt verfeinern.



Wie verwende ich

QimiQ CLASSIC



PROSECCO-KÄSE-SUPPE



Tipp

Mit fein geschnittenen Frühlingszwiebel garnieren.

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 250 g QimiQ Saucenbasis
- 1 Zwiebel, fein geschnitten
- 60 g Butter
- 125 ml Prosecco
- 150 g Bergkäse 45 % Fett, gerieben
- 250 ml Gemüsebrühe
- Salz und Pfeffer
- Muskatnuss, gemahlen



QimiQ SAUCENBASIS VORTEILE

- Cremiger Genuss bei weniger Fett
- Einfache und schnelle Zubereitung



ZUBEREITUNG

1. Zwiebel in Butter ansautieren und mit Prosecco ablöschen.
2. Restliche Zutaten dazugeben, aufkochen und mit einem Stabmixer pürieren.
3. Abschmecken und servieren.

GRATINIERTES ZANDERFILET

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 4 Zanderfilets à 160 g
- Salz und Pfeffer

- 1 EL Petersilie, gehackt
- 2 EL Speck, durchwachsen, gewürfelt
- 2 EL Semmelbrösel
- Salz
- Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

FÜR DIE KRUSTE

- 250 g QimiQ Saucenbasis
- 130 g Frischkäse

ZUBEREITUNG

1. Für die Kruste: QimiQ Saucenbasis mit Frischkäse glatt rühren. Restliche Zutaten dazumischen und abschmecken.
2. Zanderfilet mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite in der Pfanne braten.
3. Gratiniermasse darauf verteilen und bei maximaler Oberhitze fertig gratinieren.

QimiQ SAUCENBASIS VORTEILE

- 100 % natürlich
- Gratinierfähig
- Voller Geschmack bei weniger Fett





PANNA COTTA

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 250 g** QimiQ Classic, ungekühlt
- 125 ml** Milch
- 50 g** Zucker
- ½** Vanilleschote
- 125 g** Früchte, zum Dekorieren

ZUBEREITUNG

1. Ungekühltes QimiQ Classic glatt rühren.
2. Milch, Zucker und das ausgekratzte Mark der Vanilleschote dazumischen.
3. Masse in Gläser füllen und ca. 4 Stunden gut durchkühlen.
4. Mit Früchten dekorieren.



QimiQ CLASSIC VORTEILE

- Einfache und schnelle Zubereitung
- Keine zusätzliche Gelatine notwendig
- Kann ohne Kochen zubereitet werden

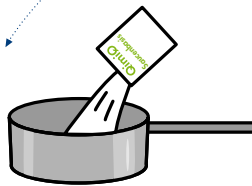
Wie verwende ich

QimiQ SAUCENBASIS

1
Zuerst die
ungekühlte QimiQ
Saucenbasis
aufschneiden.



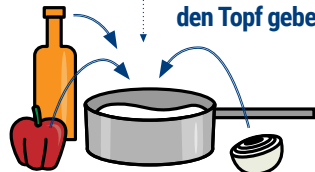
2a
QimiQ
Saucenbasis
in eine Pfanne/
einen Topf
geben.



2b
QimiQ
Saucenbasis
in
eine Schüssel
geben.



3a
Alle Zutaten in
den Topf geben.

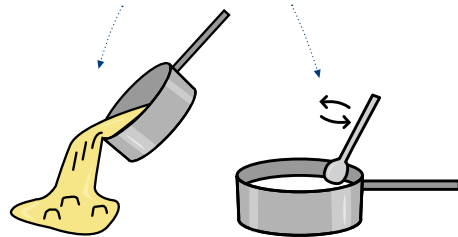


Für die warme Küche

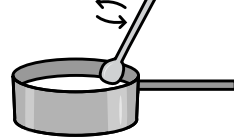
3b
Alle Zutaten in die
Schüssel geben.



und zum Backen



Sauce



Suppe



Gugelhupf



Pizza

AVOCADO- MOUSSE MIT RÄUCHER- LACHS

ZUTATEN FÜR 6 PORTIONEN

- 250 g QimiQ Classic, ungekühlt
- 1 Avocado, püriert
- 100 g Frischkäse
- ½ Limette, Saft und fein geriebene Schale
- Koriander, fein gehackt
- Salz und Pfeffer
- 125 ml Schlagobers, 36 % Fett, geschlagen

ZUM DEKORIEREN

Räucherlachs, geschnitten

ZUBEREITUNG

- Ungekühltes QimiQ Classic glatt rühren.
- Restliche Zutaten außer Schlagobers dazumischen.
- Geschlagenes Schlagobers unterheben.
- Mousse in einen Spritzbeutel füllen und in Gläser dressieren. Mit Räucherlachs dekorieren.

QimiQ CLASSIC VORTEILE

- Einfache und schnelle Zubereitung
- Keine zusätzliche Gelatine notwendig



10 Min.
ZUBEREITUNGSZEIT



SCHWIERIGKEITSGRAD
leicht



Tip

Mit einem Schuss
Wodka verfeinern.

RINDERFILETSTEAK MIT PFEFFERRAHMSAUCE

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 4** Rinderfiletsteaks à 200 g
Salz
Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
Pflanzenöl, zum Anbraten
- 50 g** Butter

FÜR DIE SAUCE

- 250 g** QimiQ Saucenbasis
- 50 g** Butter

- 1 TL** Rote Pfefferkörner, zerstoßen
- ½ TL** Grüne Pfefferkörner, zerstoßen
- 1 Prise** Zucker
- 125 ml** Rotwein
- 2 cl** Weinbrand
- 1 TL** Balsamico Essig
- 100 ml** Gemüsebrühe, oder Wasser
- 1 EL** Tomatenketchup
- Salz

ZUBEREITUNG

1. Rinderfiletsteaks mit Salz und Pfeffer würzen. In heißem Öl beidseitig scharf anbraten, Butter dazugeben und kurz braten bis die Steaks eine schöne Farbe haben. Steaks aus der Pfanne nehmen und rasten lassen.
3. Für die Sauce: Butter und Pfefferkörner in die Pfanne geben und kurz erhitzen. Zucker dazugeben und karamellisieren. Mit Rotwein ablöschen, Weinbrand und Balsamico dazugeben und bis zur Hälfte einreduzieren.
4. QimiQ Saucenbasis und Gemüsebrühe (oder Wasser) dazugeben und kurz aufkochen. Tomatenketchup dazugeben und mit Salz abschmecken.
5. Die Steaks im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Umluft) ca. 7-10 Minuten fertig garen.



Tipp

Mit knackigem Gemüse servieren.



KUCHEN IM GLAS MIT VANILLECREME UND HIMBEEREN

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

- 250 g** QimiQ Classic Vanille, ungekühlt
- 150 g** Sauerrahm 15 % Fett
- 70 g** Zucker
- ½ Zitrone, Saft davon

- 250 ml** Schlagobers 36 % Fett, geschlagen
- 180 g** Brownies, zerbröseln
- 125 g** Himbeeren

ZUBEREITUNG

1. Für die Creme: Ungekühltes QimiQ Classic Vanille glatt rühren. Sauerrahm, Zucker und Zitronensaft dazumischen.
2. Geschlagenes Schlagobers unterheben.
3. Browniebrösel abwechselnd mit der Creme und Himbeeren in Gläser geben.
4. Mindestens 4 Stunden gut durchkühlen lassen.

Tipp

Mit frischer Minze servieren.



**JETZT
NEU**

~ Die QimiQ Kochbücher ~



~ Das ~
**große QimiQ
Backbuch**



**JETZT
BESTELLEN
€ 12⁹⁰**

exkl. Versand



~ Das ~
**QimiQ 1x1
Kochbuch**



**JETZT
BESTELLEN
€ 12⁹⁰**

exkl. Versand



Bestellen Sie einfach unter
der kostenlosen Hotline
AT: 0800 22 0800, DE: 0800 022 0800
oder auf www.QimiQ.com

Melden Sie sich gleich
heute noch auf www.QimiQ.com
zum [Rezept-Newsletter](#) an!



QimiQ Handels GmbH

Lettlweg 5 • 5322 Hof bei Salzburg • Austria
T +43(0) 6229 / 34 83-0 • F +43(0) 6229 / 34 83 30
office@QimiQ.com

www.QimiQ.com

FOLGE UNS AUF:

f /QimiQWorld  /MyQimiQChef