



Improvisation ist das halbe Leben!



# TRICK 17

## Küche

222 geniale Lifesthacks und raffinierte Rezepte



Machen das Leben leichter!



Getestet von



Kai Daniel Du und Benjamin Behnke





# TRICK 17

# KÜCHE

222 geniale Lifehacks  
und raffinierte Rezepte

# Inhalt

2

Inhalt



Vorbereiten & Zubereiten  
Seite 6



Ausprobieren & Genießen  
Seite 58



Garnieren & Servieren  
Seite 104



Snacks & Mahlzeiten  
Seite 144





Outdoor & Barbecue  
Seite 176



Partys & Feiern  
Seite 214



Aufbewahren & Frischhalten  
Seite 252



Aufräumen & Reinigen  
Seite 284

Register 314

Autoren 318

Impressum 320



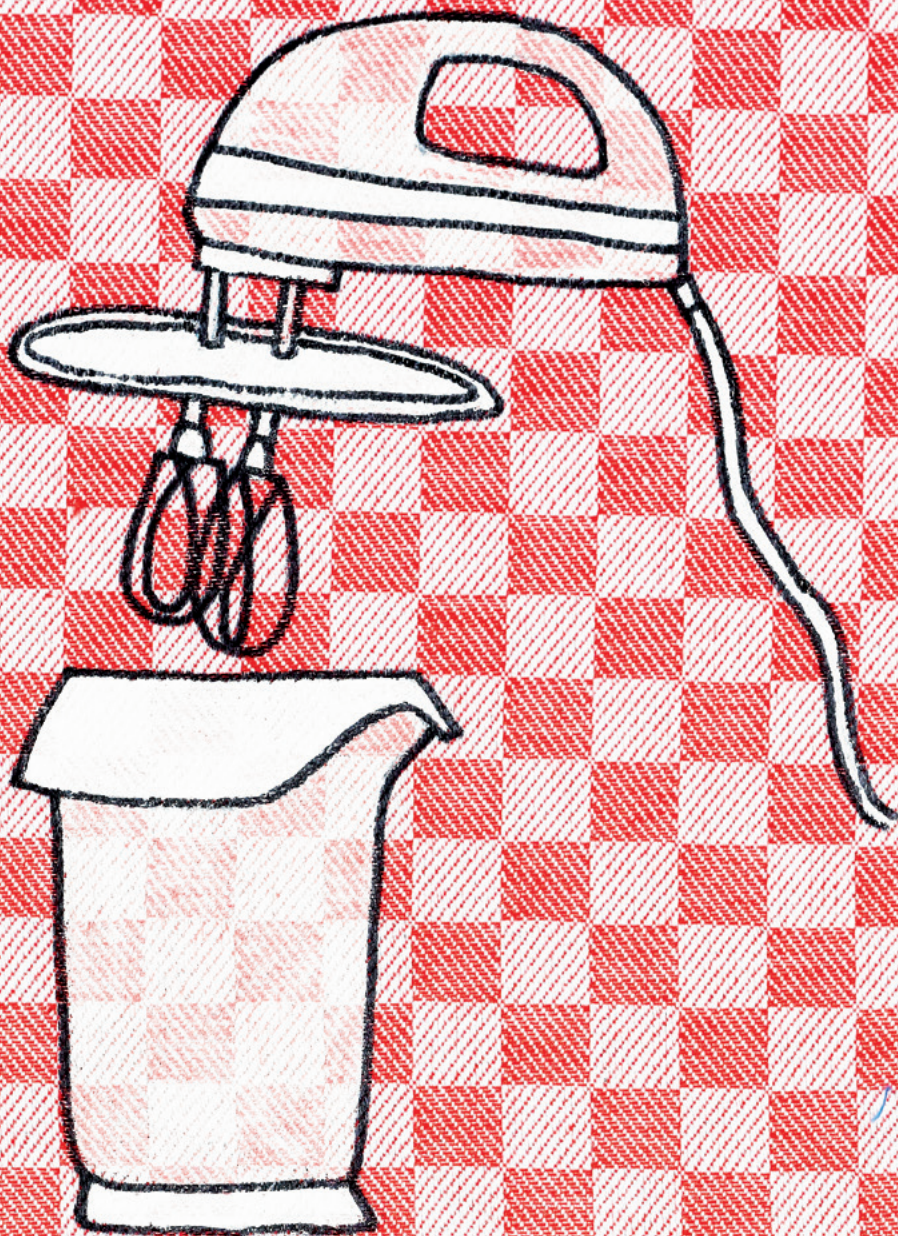
Nach den vielen tollen Rückmeldungen zu unserem ersten Buch „Trick 17 – 365 geniale Alltagstipps“ war für uns schnell klar, dass die Welt ein weiteres Buch zum Thema Lifehacks braucht. Und weil wir nicht nur begeisterte Alltagsoptimierer sind, sondern uns auch in der Küche gerne kreativ und mit viel Experimentierfreude entfalten, haben wir für dieses Buch 222 neue Tipps und Tricks gesammelt und getestet, die sich rund um das Thema Küche und die Verarbeitung von Lebensmitteln drehen.

Unser Ziel bei der Zusammenstellung war es, für wirklich jeden etwas zu bieten: Ob du noch blutiger Anfänger oder begeisterter Hobbykoch bist; in diesem Buch wirst du viele spannende Ideen und Ansätze finden. Wir möchten dir Anstöße geben und dich ermuntern, verrückte Dinge auszuprobieren, ungewöhnliche Lebensmittel zu kombinieren und neue Wege zu gehen.

Neben hilfreichen Kniffen, die dir den Küchenalltag erleichtern, sind auch originelle Rezeptideen enthalten. Aus wenigen, ganz alltäglichen Zutaten kannst du mit etwas Raffinesse leckere Snacks, feine Kuchen und schmackhafte Mahlzeiten zaubern.

Wir wünschen dir einen allzeit entspannten Küchenalltag und guten Appetit!

Kai & Ben





# Vorbereiten und Zubereiten

Stoße zwei Löcher  
durch einen Papp-  
teller und stecke  
die Rührhaken durch  
den Teller in das  
Rührgerät. So bleibt  
die Küche sauber.





Erst die Arbeit, dann das Vergnügen! -  
So ist das leider auch beim Kochen.  
Deshalb haben wir das mühsame, aber  
in der Küche meist notwendige  
„Vorbereiten & Zubereiten“ auch  
ganz an den Anfang gestellt. Auf  
den nächsten Seiten zeigen wir dir  
viele Möglichkeiten, wie Putzen,  
Schälen, Schaben, Hacken, Schnippeln,  
Rühren, Garen, Braten, Backen und  
Brutzeln leichter von der Hand  
gehen. Also los: Fangen wir an!



1

# ORANGEN SCHÄLEN

10

Vorbereiten & Zubereiten



1. Schneide die Schale der Orange am oberen und unteren Ende so ab, dass du gerade das Fruchtfleisch sehen kannst.



2. Anschließend schneide die Orange quer dazu bis zur Mitte ein.

3. Wenn du nun die Orange am letzten Schnitt auseinanderbrichst...



4. ... erhältst du einen Streifen, auf dem die einzelnen Fruchtstücke sitzen.



Der Trick funktioniert auch mit Mandarinen.

# 2

# Leckere Nüsse

12

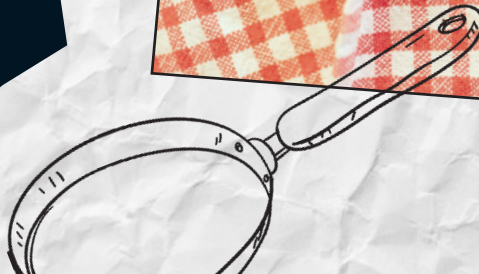
Vorbereiten & Zubereiten



Röste Mandeln oder Haselnüsse in einer trockenen Pfanne, bis sich die Haut dunkel verfärbt. Dann gib die Nüsse auf ein Küchentuch, schlage es um und rubbele die Schale herunter.



Durch das Rösten löst sich die Schale leichter und der Geschmack der Nüsse wird intensiver.



# 3 MANGO SCHÄLEN

13

Vorbereiten & Zubereiten

Das Fruchtfleisch einer Mango kannst du sehr schnell von der Schale trennen. Nimm einfach ein stabiles Trinkglas, setze die Mango an einem Ende an und streife das Fruchtfleisch ab.



Der Glasrand sollte nicht zu dick und die Mango sollte reif sein.

4

# BACKOFEN

## AUFHEIZEN

Um den Backofen schnell aufzuheizen, stelle nicht die gewünschte Zieltemperatur, sondern immer die höchste Temperatur oder die Grillstufe ein. Nach wenigen Minuten kannst du die Temperatur dann auf die gewünschte Stufe herunterstellen.



14

Vorbereiten &amp; Zubereiten



Bei temperaturempfindlichen Gerichten solltest du die Temperatur immer mit einem elektronischen Haushaltsthermometer kontrollieren.



5

# SINGLE- KUCHEN

15

Möchtest du nur einen halben Kuchen backen, falte einfach eine Sperre aus Aluminiumfolie und trenne so die Backform in zwei Hälften. Gelingt auch bei Backblechen mit einem gefalteten Streifen.

Vorbereiten & Zubereiten



Wenn du die Backform vorher einfettest, haftet die Alufolie besser und verrutscht nicht so leicht.



6

# GRANATAPFEL ENTKERNEN

Besonders sauber und ohne lästige Spritzer lassen sich Granatäpfel unter Wasser entkernen. Den Granatapfel quer durchschneiden und mit den Fingern in einer Schüssel die Kerne lösen.





Die Frucht-  
kerne sinken  
nach unten,  
die faserigen  
Zellwände  
steigen an die  
Wasserober-  
fläche.



7

# Backpapier fixieren

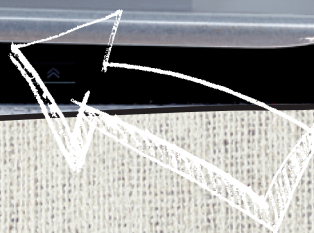
18

Vorbereiten & Zubereiten

Damit Backpapier in einer Kastenform oder auf einem Backblech nicht verrutscht, kannst du es mit Allzweckklammern fixieren.



Entferne die Klammern, nachdem der Teig eingefüllt ist.

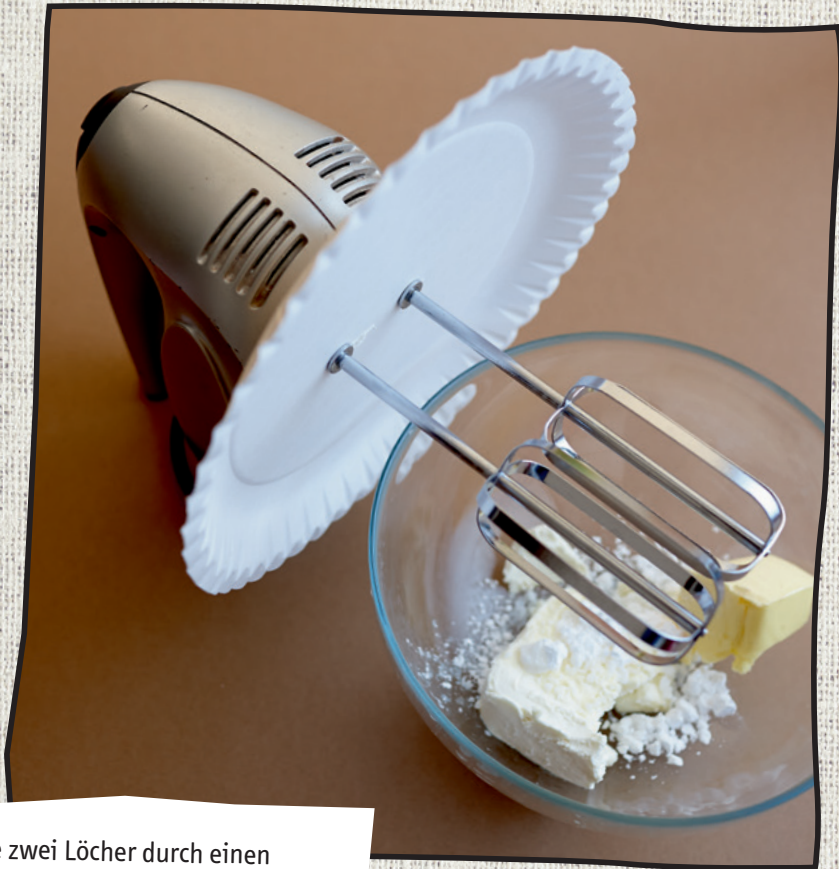


# 8

# Schutzteller

19

Vorbereiten & Zubereiten



Stoße zwei Löcher durch einen Pappteller und stecke die Rührhaken durch den Teller in das Rührgerät. So bleibt die Küche sauber.



Funktioniert nicht nur als Spritzschutz für Schlagsahne, sondern auch mit Knethaken für Kuchenteig.

# 9

# Schnelle Ofenkartoffeln

20

Vorbereiten & Zubereiten

Kartoffeln werden schneller gar, wenn du sie zuerst 3–4 Minuten in die Mikrowelle und anschließend 20 Minuten in den Backofen gibst.



Achte darauf, Kartoffeln ähnlicher Größe zu nehmen, da die Garzeit sonst zu sehr variiert.

10

# Pellkartoffeln abschrecken

21

Vorbereiten & Zubereiten



Pellkartoffeln lassen sich leichter pellen, wenn du sie nach dem Kochen kurz in eiskaltem Wasser abschreckst.

Etwas Öl im Kochwasser erleichtert auch das anschließende Pellen.



# 11

# TURBOMÜHLE


22

Vorbereiten & Zubereiten



Verbinde einen Akkuschauber mit einer handelsüblichen Pfeffermühle, um diese in eine elektrische Mühle umzufunktionieren. Entferne dafür die obere Schraube und spanne das Gewinde in den Akkuschauber ein. Wenn das Gewindestück zu kurz ist, kannst du auch noch den Mühlenkopf abnehmen.





Eignet sich für größere Mengen Pfeffer  
und schont die Handgelenke. Frisch  
gemahlener Pfeffer schmeckt auch besser  
als fertig gekaufter.

23

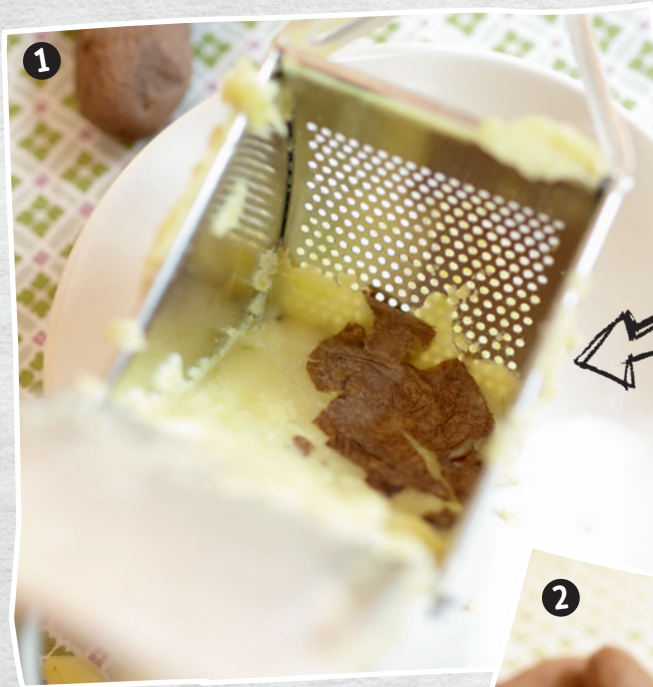
Vorbereiten & Zubereiten



# 12 Quetschkartoffeln

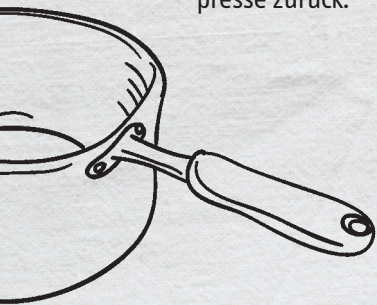
24

Vorbereiten & Zubereiten



Entferne die Schale nach jedem Pressvorgang aus der Presse.

Wenn du frisch gekochte Kartoffeln pressen möchtest, brauchst du sie vorher nicht zu schälen. Einfach pressen; die Schale bleibt in der Kartoffelpresse zurück.



# Express- Eischnee

25

Vorbereiten & Zubereiten

Um einen schnellen und stabilen Eischnee zu erhalten, gib vor dem Schlagen einfach 2 EL Zitronensaft hinzu.



Die Proteine verändern sich durch die Zitronensäure und der Eischnee wird dadurch cremiger und gelingt schneller.

# GEMÜSESPÜLER

14

26

Vorbereiten & Zubereiten

Große Mengen ungeschältes Gemüse kannst du in der Geschirrspülmaschine säubern. Das Gemüse kommt in den Spülkorb, dann wird die Maschine ohne Reinigungsmittel angestellt und ca. 15 Minuten laufen gelassen.



Achte vor dem Waschgang jedoch darauf, das Gemüse wenigstens grob von Sand und losem Schmutz zu befreien, damit die Siebe in der Spülmaschine nicht verstopfen.

# 15 Kletterstopp

27

Damit der Teig beim Rühren nicht an den Knethaken hochklettert, reibe die Haken vorher mit etwas Öl ein.



Vorbereiten & Zubereiten



Anstelle eines Knethakens kannst du auch deine Hände verwenden. Das gibt nicht nur einen lockeren Teig, sondern hält zusätzlich fit. Gut mit Mehl bestäuben, dann klebt nichts fest.

# 16 SALAT PUTZEN

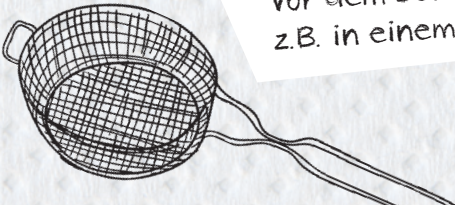
28

Vorbereiten & Zubereiten

Salat und Spinat lassen sich in Salzwasser leichter putzen und bleiben in der Salzlake länger knackig.



Vor dem Servieren unter fließendem Wasser, z.B. in einem Nudelsieb, kurz abspülen.



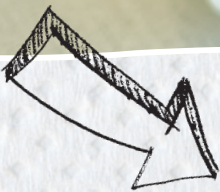
# 17

# Entsafter

29

Halbiere eine Zitrone und drücke sie zwischen den Griffen einer Grillzange aus, um auch den letzten Saft herauszubekommen.

Vorbereiten & Zubereiten



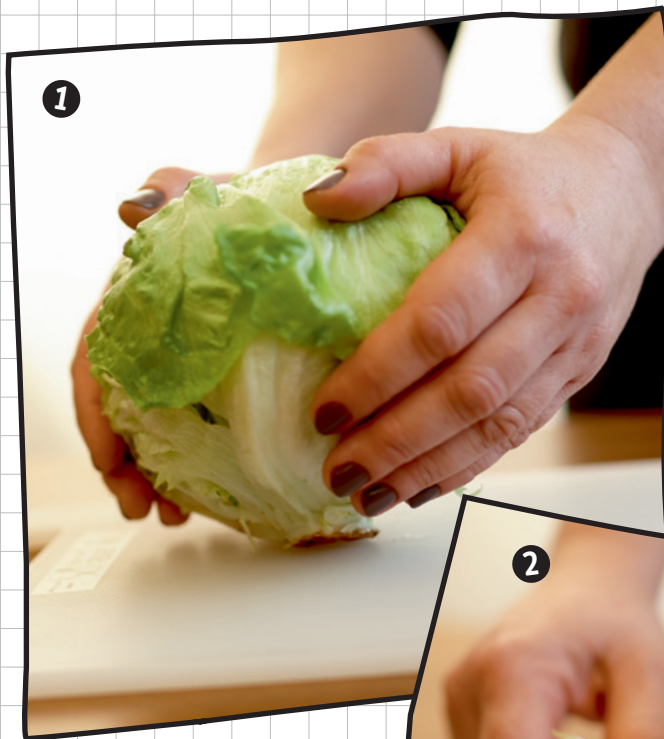
Wenn du beim Auspressen den Zitronensaft durch eine Käse- reibe laufen lässt, werden gleich noch die Kerne mit aufgefangen.

# HERZSCHLAG

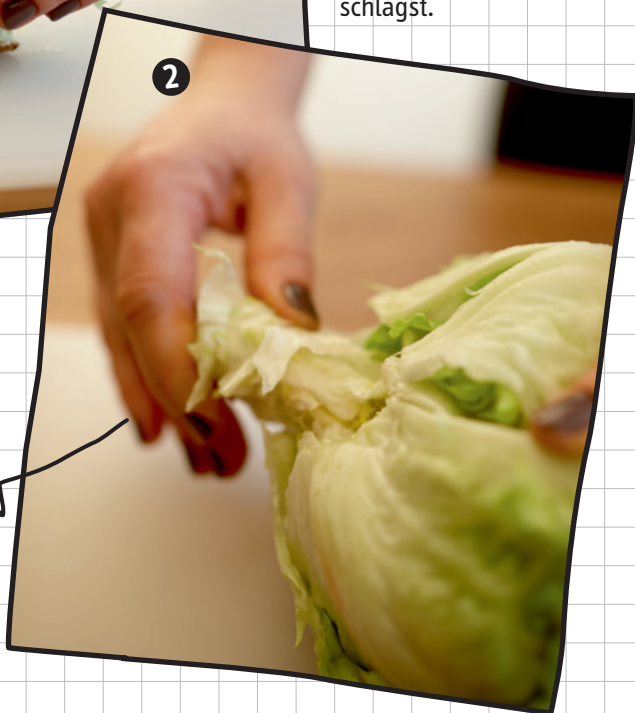
## 18

30

Vorbereiten & Zubereiten



Der Strunk eines Eisbergsalatkopfes lässt sich einfach entfernen, indem du den Salatkopf kräftig mit dem Stielansatz nach unten auf die Arbeitsplatte schlägst.



Der Strunk bricht dabei heraus und kann herausgezogen werden.





19

# ENTSALZUNG

31

Vorbereiten & Zubereiten



Gib Kartoffelwürfel in eine versalzene Suppe oder ein versalzenes Schmorgericht und lasse sie mitkochen. Die Kartoffelstücke binden überschüssiges Salz.

Anschließend kannst du die Stücke einfach mit Gabel oder Löffel herausfischen.