

GRATIS!

06/2023 rewe.de/rezpte-ernaehrung

Deine Küche

MAGAZIN

Plätzchen
Einfach backen

Silvester
Gemeinsam feiern

Festessen
Mit der Familie

Eintöpfe
Wärme zum Löffeln

43
winterliche
Rezepte

Frohe

Weihnachten!

MIT LIEBE GEMACHT
Unsere Plätzchen, ab Seite 30

REWE
Dein Markt

#MISSIONFISH
DENN FISCH IST
VERTRAUENSACHE!

Gans war gestern:

WEIHNACHTEN GEHT MEER!

Frischer und geräucherter Lachs oder knackige Garnelen schmecken nicht nur beim Weihnachtsbrunch, sondern sind auch eine raffinierte Alternative zu Würstchen mit Kartoffelsalat. Für mehr Abwechslung im Advent!

Jetzt die ganze Meeres-Vielfalt im REWE-Markt entdecken!



Mehr Inspiration unter:
www.deutschesee.de

Für
dich

Liebe Leserinnen & liebe Leser,
freut ihr euch auch schon auf die ersten selbst gebackenen
Plätzchen? Zum Selberraschen und Verschenken
haben wir die Klassiker in neue Form gebracht (ab S. 30).
Das Highlight der Saison ist aber das festliche
Weihnachtessen für Familie und Freunde (ab S. 38).
Und für den Alltag zwischen Plätzchen und
Festessen gibt's Eintöpfe (ab S. 8) und ganz
schnelle Rezepte für Eilige (ab S. 20)!

Eure „Deine Küche“-Redaktion

INHALT

Deine grüne Küche

6 Green News

Naschen und gleichzeitig was fürs Klima tun? Mit REWE Verpackungen sparen? Wie das alles geht, erfährst du hier.

8 Zum Weglöffeln!

Freu dich auf vier wärmende Eintöpfe für dich und deine Partygäste.

12 Lieblingswurzel

Die Pastinake ist unser Star der Saison und glänzt hier als besondere Beilage zum Weihnachtsmenü.

14 Gemeinsam helfen

Mit den Produkten von share, der TAFEL Deutschland und deiner Unterstützung hilft REWE dabei, dass alle ein schönes Weihnachtsfest feiern können.

Dein REWE

16 Marktgeflüster

Einkaufsstress? Wir zeigen dir, wie du mit REWE Zeit und Geld sparen kannst.

18 Eine Runde Sache ...

... mit Loch: Bagels sind unser Trend für den schnellen Pausensnack.

Deine Küche für jeden Tag

20 4 x schnelle Küche

Dank unseren Convenience-Produkten bleibt dir mehr Zeit für deine Weihnachtseinkäufe.

24 Dein Plan für die ganze Woche

Fünf Rezepte, die wir für dich zusammengestellt haben. Und dafür musst du nur einmal einkaufen.

30 Wir backen Plätzchen!

So gehen die Klassiker ganz einfach.

38 Festessen nach Wahl

Weihnachtsgans, Lachs oder lieber vegetarischer Braten? Such dir dazu deine Lieblingsbeilage aus!

48 Dessert-Liebliche

Mit Tiramisu, Crème brûlée und Mousse machst du deinen Gästen auch an Weihnachten eine Freude.

52 Zum Anstoßen

Zu deinen Silvestersnacks dürfen die passenden Getränke nicht fehlen.

58 Endspurt

Mit unserem schnellsten Rezept geht's schwungvoll ins neue Jahr.

**Und sonst ... Rezeptregister (4),
Vorschau/Impressum (59)**

Was koche ich heute?

Jeden Tag neue Ideen: 43 winterliche & festliche Rezepte für die Weihnachtszeit! Noch viele weitere Rezepte und Ideen findest du auch bei uns im Web oder auf Facebook, TikTok, Instagram & Co. Entdecke dort neue Trends und lerne von unseren Koch- und Ernährungsexperten.



Rote-Bete-Eintopf,
Seite 8



Mais-Eintopf,
Seite 9



Chili sin Carne,
Seite 10



Grünkohl-Süßkartoffel-Eintopf,
Seite 11



Pastinaken aus dem Ofen,
Seite 13



Hähnchen-Bagel,
Seite 19



Asia-Gemüsenudeln,
Seite 20



Pfannen-Tortilla,
Seite 21



Sauerkrautkuchen,
Seite 22



Cremige Tortelloni-Pfanne,
Seite 23



Schweine-Medaillons mit Erbsenreis,
Seite 25



Spitzkohlpuffer,
Seite 26



Fischcurry,
Seite 27



Bratkartoffeln mit Raclette-Käse,
Seite 28



Pfannkuchen vom Blech,
Seite 29



Gewürzkafee,
Seite 30



Zimtrauten,
Seite 31



Marmortaler,
Seite 32



Vanillestangen,
Seite 33



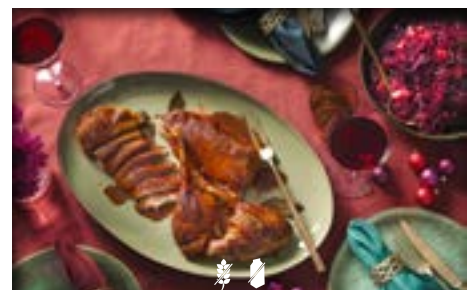
Spitzbuben,
Seite 34



Mini-Lebkuchen,
Seite 35



Spekulatius-Streifen,
Seite 36



Gefüllter Gänsebraten,
Seite 38



Apfel-Rotkohl,
Seite 40



Kartoffelknödel,
Seite 41



Gebratener
Rosenkohl,
Seite 42



Pilz-Wellington,
Seite 44



Lachsfilet
aus dem Ofen,
Seite 43



Wirsing-
Möhren-Salat,
Seite 45



Kartoffel-
Pastinaken-Püree,
Seite 46



Schnelles Tiramisu
mit Cantuccini,
Seite 48



Mango-Mousse,
Seite 49



Glühweinkirschen,
Seite 50



Vegane Crème brûlée,
Seite 51



Grapefruit-
Ingwer-Fizz,
Seite 52



Blätterteig-Raketen,
Seite 53



Glühwein-Tonic
und Cheese-Pops,
Seite 54



Kuchen am Spieß
und Apfel hoch 3,
Seite 55



Avocado-
Erbsen-Taler,
Seite 56



Kokos-Daiquiri,
Seite 57



Shakshuka
mit Spinat,
Seite 58

Hier warten viele weitere Rezepte & Ideen auf dich!



rewe.de/rezepte-ernaehrung
Ernährungswissen von A-Z,
Food-Trends, jede Menge Rezepte
und vieles mehr.



rewe.de/newsletter
Virtuelles Futter für Foodies
und tolle Angebote gibt's im
wöchentlichen Newsletter.



instagram.com/rewe
Tauche ein in die Welt von REWE
DEINE KÜCHE und entdecke unsere
Leidenschaft fürs Kochen!



facebook.com/rewe
Aktionen in deinem REWE Markt,
Rezepte, Gewinnspiele und
vieles mehr.



rewe.de/app
Angebote, Coupons, Payback-
Vorteile und online einkaufen
dank der REWE App.



tiktok.com/@rewe_de
Coole Rezepte, die neuesten
Trends und unterhaltsame
Videos aus der REWE Welt.



pinterest.com/rewe
Inspirationen für tolle Genuss-
momente, leckere Rezepte und
nützliche Kochtipps.



youtube.com/REWEdeineKueche
Rezeptvideos, einfache
Step-by-Step-Anleitungen und
praktische Kochtipps.



ErnährWert: Was ist das?

Er zeigt an, wie ausgewogen ein Rezept ist.
Was die einzelnen Werte bedeuten, erklärten
wir dir unter rewe.de/ernaehrwert

*Wir verwenden teilweise Käsesorten, die tierisches Lab enthalten
können und dadurch ggf. nicht vegetarisch sind.
Mehr dazu findest du unter rewe.de/parmesan-vegetarisch

Green News

Unverpackt einkaufen?

Mehrweg für weniger Müll

rewe.de/unverpackt

#UMDENKBAR

In den ersten **REWE Märkten** erwarten dich ab sofort unsere **Unverpackt-Stationen**. Damit kannst du deine Lieblingsprodukte von **REWE Bio** in unsere Mehrwegbehälter abfüllen. Oder du nutzt einfach dein eigenes Gefäß. So sparst du nicht nur Verpackungsmüll, sondern kannst auch grammgenau die Mengen kaufen, die du wirklich brauchst.

Zum gleichen Standardpreis wie unsere verpackten Produkte.*
Mach mit!

REWE
Dein Markt

* Bezogen auf den Grundpreis/kg, ausgenommen Aktionspreise, Couponaktionen und sonstige Aktionen.

Mit Unterstützung von



REWE Bio



Oh du fröhliche ... Weihnachtsnascherei

Die haben auf deinem Plätzchenteller noch gefehlt: Nusssterne von **REWE Bio**. Unter der Glasur der kleinen Sterne haben sich Weihnachtsgewürze, Haselnüsse und Mandeln versteckt. Damit lockst du sogar den Weihnachtsmann in dein Wohnzimmer.



CLASSIC-VEGAN



Melde dich für den Nachhaltigkeits-Newsletter an

Du interessierst dich für „grüne“ Rezepte und Umweltprojekte, nachhaltige Angebote, Aktionen und Coupons? Lass dir regelmäßig aktuelle Tipps und viel Inspiration zum Thema Nachhaltigkeit schicken. Jetzt QR-Code scannen und kostenlos zum Nachhaltigkeits-Newsletter anmelden!



Schon gewusst?

Sogar bei der Weihnachtsbäckerei kannst du Strom sparen. Hat dein Ofen eine Umluftfunktion, nutze diese beim Plätzchenbacken. Wenn du zwei Bleche übereinander in den Ofen schiebst, sparst du Strom und auch Zeit. Den Bräunungsgrad deiner Weihnachtsplätzchen behältst du am besten durch das Glas der Ofentür im Blick. Wenn du diese nicht unnötig öffnest, bleibt die Wärme im Ofen, und er benötigt keine zusätzliche Energie, um sich immer wieder aufzuheizen.

Für kleine und große Schokofans

Perfekt zum Befüllen von Nikolausstiefeln: Die veganen Weihnachtsmänner und Schokokugeln von **REWE Beste Wahl**. Alle Sorten sind aus Schokoladenkuvertüre mit mindestens 37 % Kakaoanteil hergestellt und mit Reissirup gesüßt. Beim Kauf machst du dir und deinen Lieben eine Freude und unterstützt gleichzeitig den **NABU-Klimafonds**.

Doppelt gut

Magst du Eintopf im Winter auch so gern? Wir lieben ihn, und deshalb gibt's vier neue Rezepte. Kleiner Tipp: Bereite die doppelte Menge zu – und schon hast du den perfekten Mitternachtseintopf für deine Silvesterparty vorgekocht.

Wenn du keinen frischen Meerrettich raspeln möchtest, dann serviere zum Eintopf Sahne-
Meerrettich aus dem Glas.

Rote-Bete-Eintopf



Zubereitungszeit:
40 Minuten

Für 4 Personen

1 Zwiebel
500 g Möhren
½ REWE Bio Sellerie Knolle
3 Knollen Rote Bete
1 EL Rapsöl
2 l REWE Bio Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
200 g Muschelnudeln
15 g Petersilie
30–50 g Meerrettichwurzel

DAZU BRAUCHT MAN:
Küchenreibe

1. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Sellerie und Rote Bete schälen. Sellerie würfeln, Rote Bete in Spalten schneiden.

2. Zwiebel in einem Topf mit dem Rapsöl andünsten. Möhren, Sellerie und Rote Bete zugeben, kurz andünsten und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Aufkochen, zugedeckt 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Nudeln in kochendem Salzwasser bissfest garen, dann abgießen und abtropfen lassen.

4. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Meerrettich raspeln. Nudeln in den Eintopf geben. Mit Petersilie und Meerrettich bestreut servieren.



LAKTOSEFREI



VEGAN



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 323 kcal
Kohlenhydrate: 66,3 g
Eiweiß: 11,4 g, Fett: 3,78 g



6/10

ErnährWert

Mais-Eintopf



Zubereitungszeit: 35 Minuten
Wartezeit: 15 Minuten

Für 4 Personen

400 g Kartoffeln
1 Stange Lauch
2 Dosen (285 g) REWE Beste Wahl Sonnenmais
2 EL Butter
1 EL REWE Beste Wahl Weizenmehl (Type 405)
380 ml Milch
200 ml Weißwein
400 ml Gemüsebrühe
50 g geriebener Parmesan
Cayennepfeffer
Muskat, Salz

1. Kartoffeln schälen und in 1,5 cm große Würfel schneiden. Lauch längs halbieren, gründlich waschen und den weißen und hellgrünen Teil in halbe Ringe schneiden. Mais abtropfen lassen.

2. Butter in einem Topf zerlassen und den Lauch darin andünsten. Mit dem Mehl bestäuben und kurz mitdünsten. Unter ständigem Rühren nach und nach Milch, Weißwein und Brühe zugießen und erhitzen.

3. Kartoffeln und Mais zugeben, aufkochen und bei mittlerer Hitze 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Parmesan unterrühren und mit Cayennepfeffer, Muskat und Salz abschmecken.



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 347 kcal
Kohlenhydrate: 38,5 g
Eiweiß: 13,4 g, Fett: 12,5 g



Unser Tipp



Lieber ohne Alkohol?
Nimm statt Weißwein einfach
mehr Brühe und würze
mit einem Spritzer Zitronensaft.

Chili sin Carne



Zubereitungszeit: 1 Stunde
Wartezeit: 35 Minuten

Für 4 Personen

- | | |
|----------------------------------|---|
| 1 Bund Suppengrün | 2 Päckchen Heinz Tomato Frito Original (à 350 g) |
| ½ – 1 Chilischote (rot) | 285 g Dose Mais |
| 1 EL Rapsöl | 50 g REWE Beste Wahl Noir Schokolade (80%) |
| 200 g REWE Bio Berglinsen | Pfeffer, Salz |
| 1 ½ TL Kreuzkümmel | 15 g Koriandergrün |
| 1 TL Oregano | 150 g Vegane Crème |
| 600 ml Gemüsebrühe | 1 Baguette |

1. Vom Suppengrün Möhren und Sellerie schälen und fein würfeln. Lauch gründlich waschen, Wurzeln entfernen, den weißen und hellgrünen Teil würfeln. Die Petersilie beiseitelegen. Die Chilischote ggf. entkernen und in Ringe schneiden.

2. 1 EL Öl in einem Topf erhitzen und das Gemüse hellbraun anbraten. Linsen, Chilischote, Kreuzkümmel und Oregano hinzufügen. Alles kurz andünsten und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Dann zugedeckt aufkochen und bei milder bis mittlerer Hitze 20–30 Minuten garen.

3. Danach Heinz Tomato Frito Original zugießen, erhitzen und bei mittlerer Hitze zugedeckt 10 Minuten schmoren.

4. Inzwischen den Mais abgießen, zum Chili geben und 5 Minuten erhitzen. Die Schokolade in Stücke brechen und direkt im Chili sin Carne schmelzen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

5. Koriandergrün und Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Chili sin Carne mit einem Klecks veganer Crème, Kräutern und Baguette servieren.



Nährwerte pro Person:

Kalorien: 787 kcal
Kohlenhydrate: 116 g
Eiweiß: 28,1 g, Fett: 28,4 g



Das Chili lässt sich super vorbereiten: Wärme es am nächsten Tag einfach langsam unter Rühren wieder auf.



So wird dir in der kalten Jahreszeit wieder warm: Auf rewe.de/eintopf-rezept gibt es Eintöpfe für jeden Geschmack.

Auch wenn wir deiner Oma niemals Konkurrenz machen können: Mit diesem Eintopf sind wir zumindest nah dran.

Grünkohl-Süßkartoffel-Eintopf



Zubereitungszeit: 1 Stunde
Wartezeit: 30 Minuten

Für 4 Personen

1 kg Süßkartoffeln
2 Zwiebeln
1 Zehe Knoblauch
500 g Grünkohl
200 g Kasseler
40 g getrocknete Apfelringe
4 EL Rapsöl
1,2 l REWE Bio Gemüsebrühe
Salz, Pfeffer
2 TL REWE Beste Wahl Majoran

1. Süßkartoffeln schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden.

2. Grünkohl von den dicken Blattrippen streifen, in mundgerechte Stücke zupfen. In einer großen Schüssel voll Wasser gründlich waschen, abgießen, trocken schleudern. Kasseler in Würfel schneiden. Apfelringe in 2 cm große Stücke schneiden.

3. Öl in einem Topf erhitzen und die Süßkartoffeln rundherum anbraten. Knoblauch und Zwiebeln zugeben und glasig braten. Mit Gemüsebrühe aufgießen. Kasseler und Apfelstücke zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten köcheln. Grünkohl zugeben und weitere 10 Minuten schmoren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.



GLUTENFREI



LAKTOSEFREI

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 522 kcal
Kohlenhydrate: 85 g
Eiweiß: 21,6 g, Fett: 13,1 g



ErnährWert



Magst du **Pastinaken**?

Oder hast du sie vielleicht noch nie probiert? Wenn du eine der Fragen mit „Ja“ beantworten kannst, schau dir schnell das Rezept auf der rechten Seite an und leg los!

Pastinaken aus dem Ofen



Zubereitungszeit: 40 Minuten
Wartezeit: 30 Minuten

Für 4 Personen

6 Pastinaken (à 150 g)
Salz
3 EL REWE Bio Rapsöl
2 TL Honig
1 REWE Bio Zitrone
300 g Joghurt
2 EL Tahin
15 g Petersilie (glatt)
Pfeffer

1. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Pastinaken schälen, die Enden abschneiden und je nach Größe längs halbieren oder vierteln. ½ TL Salz mit Rapsöl und Honig in einer Auflaufform oder Schüssel verrühren, dann die Pastinaken in der Ölmischung wälzen und auf einem Backblech verteilen. Im heißen Ofen 30 Minuten garen. Nach 15 Minuten wenden.

2. Inzwischen die Zitrone heiß abwaschen und ½ TL Schale abreiben. 2 EL Saft auspressen. Restliche Zitrone in Stücke schneiden. Zitronenschale und -saft mit dem Joghurt und Tahin verrühren. Mit Salz abschmecken.

3. Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Pastinaken mit der Petersilie und Pfeffer bestreuen. Mit dem Dip und den Zitronenstücken servieren.



GLUTENFREI



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 287 kcal
Kohlenhydrate: 38,1 g
Eiweiß: 6,74 g, Fett: 12,9 g



ErnährWert

Mehr als eine Beilage:
In Kombination mit einem
grünen Salat werden
die gerösteten Pastinaken
zum Hauptgericht.

Einkaufen & Gutes tun: 27 Jahre

Vor allem zu Weihnachten wünschen wir uns alle Wärme und Geborgenheit.

Zusammen mit der **Tafel Deutschland** und **share** unterstützt **REWE** das ganze Jahr Menschen in Not. Mit deinem Einkauf leistest auch du einen Beitrag dazu, große Freude zu schenken.

Gemeinsam für mehr Nächstenliebe

Seit 1996 ist REWE Partner der Tafel Deutschland. Seitdem wurden jährlich zahlreiche **Spendentüten** von ehrenamtlichen Helfer:innen an armutsbetroffene Menschen verteilt.



share

Geteiltes Glück

Seit vier Jahren spendet share für jedes bei REWE verkaufte share-Produkt eine gleichwertige Hilfeleistung, zum Beispiel eine Mahlzeit an die Tafel für einen share-Nussriegel. **Auf diese Weise wurde schon 550.000 Menschen geholfen.**

REWE und Tafel Deutschland



Tägliche Spende

Nicht nur zu Weihnachten: Lebensmittel, die nicht mehr verkauft, aber bedenkenlos verzehrt werden können, spendet REWE täglich an die Tafeln vor Ort. So werden Lebensmittel gerettet, und vielen Menschen wird geholfen.



Danke für deine Hilfe!

Mit deiner Unterstützung kamen im Oktober in den REWE Märkten wieder jede Menge Spenden zusammen. Die ehrenamtlichen Helfer:innen der lokalen Tafeln haben sie bedarfsgerecht verteilt.



REWE hat Lebensmittel im Wert von
26.000.000 €
gespendet (bis heute)



und damit
4.300.000
Menschen geholfen.

Marktgeflüster

3

Fragen zum REWE Abholservice

Du musst auf dem Heimweg noch einkaufen, hast aber nicht viel Zeit? Mach's wie Thomas Müller: Bei deinem **REWE Abholservice** bestellst du ganz bequem online, und wir packen alles für dich zusammen. Deinen fertigen Einkauf holst du dann nur noch im REWE Markt ab.

Wie bestellst du?

Gib in der REWE App oder auf rewe.de/shop deine Postleitzahl ein und wähle einen Markt aus. Dann kannst du deinen Einkauf in unserem Onlineshop zusammenstellen.

Wann kannst du deinen Einkauf abholen?

Wähle einfach einen Wunschtermin aus. Bis dahin lagern wir deinen Einkauf gekühlt in einer Transportbox, die du gegen eine Pfandgebühr mitnehmen kannst. Oder du packst den Einkauf in deine Taschen um.

Wie bezahlst du?

Du kannst deine Bestellung entweder online bezahlen oder wenn du sie im Markt abholst.



Wir wünschen dir eine gemütliche Weihnachtszeit und schöne Feiertage!

Für alle Kinder bis 12 Jahre

Bastele dir deinen Nikolausstiefel und freue dich auf eine süße Belohnung!

So geht's: Nikolausstiefel mitnehmen, nach Lust und Laune ausmalen und fertiggebastelt bis **Samstag, den 2.12.**, zu uns zurückbringen.

Die Kreativität wird belohnt, denn am Mittwoch, den **6.12.**, warten die mit bunten Leckereien gefüllten Stiefel darauf, wieder von den kleinen Künstlern abgeholt zu werden.

Wir freuen uns schon auf deinen Stiefel!

Dieser Stiefel gehört:



Malen.
Basteln.
Naschen.



Zauberhafte Disney-Momente zum Sammeln



Dieser Winter wird deine Augen zum Leuchten bringen! Denn ab dem **06.11.2023** gibt es in deinem REWE Markt oder online ein einzigartiges Sammelalbum mit den schönsten Momenten aus 100 Jahren Disney. Hol dir dieses ganz besondere Album und sichere dir **pro 15 Euro Einkaufswert ein Disney-Stickerpäckchen gratis***. Und das Beste: Für jedes verkaufte Sammelalbum spenden wir **50 Cent an die Aktion Mensch**.

* In allen teilnehmenden Märkten und bei Bestellung über den REWE Onlineshop (Liefer- oder Abholservice). Bis zum 17.12.2023, solange der Vorrat reicht!



©DISNEY, ©DISNEY/PIXAR

Etwas Besonderes zum Fest

Wann, wenn nicht zu Weihnachten, darf ein besonderes Getränk auf den Tisch kommen? Mit einer Beerenauslese liegst du genau richtig. Unsere Weinexperten von **WEINFREUNDE.DE** empfehlen dir diese süße Beerenauslese aus der Pfalz. Passt perfekt zu deinem Weihnachtsdessert, eignet sich aber auch als Geschenk. Du möchtest noch mehr über Wein wissen? Dann hör doch mal den Podcast „Bei Anruf Wein“ von **WEINFREUNDE.DE!**



Unsere zauberhafte Rezeptwelt – inspiriert von Disney!



Passend zu unserem **REWE Sammelalbum** gibt's ab sofort auch zauberhafte Rezepte zum Nachbacken und -kochen. Egal, ob Schneeflockenkekse – inspiriert durch Anna und Elsa – oder leckerer Couscous-Salat – inspiriert durch Aladdin: In unserer zauberhaften Rezeptwelt warten jede Menge köstlicher Ideen auf dich. **Jetzt QR-Code scannen!**



©DISNEY, ©DISNEY/PIXAR

Spare 10% auf REWE Feine Welt!*

Mit deiner REWE App.



So macht der Weihnachtseinkauf richtig Spaß

Mit dem **REWE App-Coupon** sparst du im Dezember **10 % auf REWE Feine Welt Produkte**. Lade dir dazu einfach die REWE App herunter, aktiviere den Coupon und erhalte online oder in deinem REWE Markt 10 % Rabatt. Der Coupon ist gültig im Zeitraum vom **04.12.2023 bis 31.12.2023**.

* Gültig nur mit der REWE App und beim Kauf von mindestens 2 REWE Feine Welt Produkten im Zeitraum vom 04.12. – 31.12.2023. Kann nicht mit anderen REWE Feine Welt Rabattaktionen kombiniert werden.

Einfach zum Anbeißen!

Der Bagel beweist: Ein Trend muss nicht neu, sondern gut sein.
Denn dann bekommt man einfach nicht genug davon und erfindet ihn immer wieder neu. Auftritt für den Hähnchen-Bagel!



Trend-Check

Kaum ein Food-Trend kann auf eine so lange Geschichte zurückblicken: Schon 1610 wird der Bagel schriftlich in jüdischen Quellen in Krakau (Polen) erwähnt. Jüdische Auswanderer aus Osteuropa brachten ihn dann im 19. Jahrhundert mit nach New York. Und dort wurde er richtig berühmt. In Europa erlebte er vor etwa 15 Jahren die erste Trendwelle. Jetzt ist er bei uns zurück: bunt, vielseitig, in Cafés, auf TikTok und auch im REWE Markt. Wir sagen: Welcome back!



Hähnchen-Bagel



Zubereitungszeit:
20 Minuten

Für 4 Personen

200 g Kichererbsen **50 g Feldsalat**
25 g Tahin **50 g Walnusskerne**
1 TL Zitronensaft **12 Scheiben**
1 Zehe Knoblauch **Rote Bete**
Salz, Pfeffer **aus dem Glas**
½ TL REWE **4 ja! Bagels**
Beste Wahl **4 TL Honig**
Kreuzkümmel **12 Scheiben**
(gemahlen) **Hähnchenaufschnitt**
1 ½ EL Olivenöl

DAZU BRAUCHT MAN:
Stabmixer, Toaster, Sieb

1. Für den Hummus die Kichererbsen in ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Mit Tahin, Zitronensaft und Knoblauch in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer pürieren, dabei schlückchenweise so viel kaltes Wasser zugeben, bis eine glatte, feine Creme entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen und das Olivenöl unterrühren.

2. Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Walnüsse grob hacken. Rote Bete abtropfen lassen.

3. Bagels waagrecht halbieren und tosten. Die Schnittflächen mit Hummus bestreichen. Die unteren Bagelhälften mit Feldsalat belegen. Darauf jeweils drei Scheiben Hähnchenaufschnitt und drei Scheiben Rote Bete verteilen. Mit Nüssen bestreuen und Honig beträufeln. Obere Bagelhälften aufsetzen.



LAKTOSEFREI

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 531 kcal
Kohlenhydrate: 66,1 g
Eiweiß: 23,4 g, Fett: 20,8 g



Das Loch im Bagel diente früher zum Transport. Die Brötchen wurden an Schnüren oder Stangen aufgereiht.



Du möchtest deinen Bagel lieber selbst backen? Auf rewe.de/bagel findest du dazu das perfekte Rezept.

Schnell was gekocht!

Du hast nur wenig Zeit? Mit unseren Schon-fast-fertig-Produkten geht's einfach schneller – und du schaffst es noch locker zur Weihnachtsfeier.

Asia-Gemüse-nudeln



Zubereitungszeit:
20 Minuten

Für 4 Personen

250 g Mie-Nudeln
1 EL REWE Beste Wahl Sonnenblumenöl
1 Packung REWE Beste Wahl Gemüsepfanne nach französischer Art (450 g)
1 Limette
4–6 EL REWE Beste Wahl Sojasauce
50 g Erdnüsse (gesalzen)
Salz, Pfeffer

Mit Essen spielt man nicht ..., aber ein kleiner Talentwettbewerb mit asiatischen Essstäbchen sollte doch erlaubt sein.

1. Mie-Nudeln nach Packungsanweisung zubereiten und abgießen.
2. Öl in einer Pfanne erhitzen und das Pfannengemüse unter Rühren auftauen. Limette auspressen. Mit 4 EL Sojasauce ablöschen und mit Limettensaft würzen.
3. Erdnüsse hacken. Nudeln zum Gemüse geben, erhitzen und alles mit Salz, Pfeffer und Sojasoße abschmecken. Mit Erdnüssen bestreut servieren.



Nährwerte pro Person:
Kalorien: 412 kcal
Kohlenhydrate: 66,2 g
Eiweiß: 15,1 g, Fett: 11,3 g



Fingerfood: Wenn der Hunger nicht mehr warten kann, darf die erste Tortilla-Ecke schon in der Küche gegessen werden.

Pfannen-Tortilla



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Für 4 Personen

300 g Hähnchenbrustfilet
1 Dose Mais (140 g)
1 Romanasalatherz
2 EL Sonnenblumenöl
1 Dose stückige Tomaten mit Basilikum (400 g)
Salz, Pfeffer
1 TL Paprikapulver (edelsüß)
4 ja! Vollkorn-Tortillas (372 g)
150 g Cheddar (gerieben)

1. Hähnchenbrustfilet trocken tupfen und in Streifen schneiden. Mais abtropfen lassen. Salat waschen, trocken schütteln und grob zerzupfen.

2. Öl erhitzen und das Fleisch von allen Seiten anbraten. Mit den stückigen Tomaten ablöschen und 10 Minuten köcheln. Mais zufügen und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver würzen.

3. Die Tortillas jeweils mittig mit der Hähnchen-Mais-Mischung belegen, Salat und Cheddar darauf verteilen. Dann die Tortillas je einmal mittig falten. Eine große Pfanne erhitzen, je zwei Tortillas vorsichtig hineinlegen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten goldgelb braten. Behutsam wenden und weitere 2–3 Minuten erwärmen, bis der Käse geschmolzen ist. Vorsichtig aus der Pfanne nehmen und die übrigen Tortillas ebenso braten. Nach Belieben in Eckstücke schneiden und servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 659 kcal
Kohlenhydrate: 64,3 g
Eiweiß: 38,5 g, Fett: 28 g



DEINE KÜCHE WINTERFESTE EINS, ZWEI, DREI, FERTIG!

Sauerkraut- kuchen



Zubereitungszeit: 25 Minuten
Wartezeit: 35 Minuten

Für 10 Stücke

500 g ja! Brot-Backmischung Roggenmischbrot
2 Packungen REWE Bio Sauerkraut (à 385 g)
500 g Kasseler
4 Zwiebeln
100 g getrocknete Tomaten
4 EL Öl
Salz, Pfeffer
1 TL Zucker
2 TL Paprikapulver (edelsüß)
Majoran
500 g ja! Schmand
6 Eier (M)

**DAZU BRAUCHT MAN: Hand-
mixer, Nudelholz, Fettpfanne**

Es schaffen nicht alle pünktlich zum Essen? Der Sauerkrautkuchen schmeckt auch kalt – oder du backst ihn kurz auf.

1. Brot-Backmischung nach Packungsanweisung zu einem glatten Teig kneten und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 20 Minuten gehen lassen.
2. Inzwischen das Sauerkraut in einem Sieb abtropfen lassen und das Kasseler würfeln. Die Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Getrocknete Tomaten in Streifen schneiden.
3. 2 EL Öl erhitzen und die Zwiebeln andünsten. Sauerkraut, getrocknete Tomaten und 100 ml Wasser zugeben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Paprikapulver und Majoran würzen und zugedeckt 10 Minuten schmoren. Kasseler untermischen und alles lauwarm abkühlen lassen.
4. Ein tiefes Blech (30 x 40 cm) mit 2 EL Öl fetten. Den Teig etwas größer als das Blech ausrollen, dann auf das Blech geben und bis in die Ecken hineindrücken. Schmand mit den Eiern verquirlen, mit Salz und Pfeffer würzen und unter das Sauerkraut mischen. Dann die Sauerkrautmischung auf dem Teig verteilen. Bei 180 °C Umluft (200 °C Ober-/Unterhitze) ca. 35–40 Minuten backen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 489 kcal
Kohlenhydrate: 45 g
Eiweiß: 22,4 g, Fett: 24,9 g



Cremige Tortelloni-Pfanne



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Für 4 Personen

2 Packungen REWE Beste Wahl Spinat Ricotta Tortelloni

Salz

250 g Champignons

1 Zwiebel

100 g REWE Bio getrocknete Tomaten

Tomaten

2 EL Olivenöl

3 EL Tomatenmark

300 ml Gemüsebrühe

Chiliflocken

1 Packung ja! Crème fraîche mit Kräutern (200 g)

1. Tortelloni nach Packungsanweisung in Salzwasser zubereiten.
2. Inzwischen die Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und würfeln. Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden.
3. Das Öl erhitzen und die Champignons anbraten. Zwiebeln, Tomatenmark und getrocknete Tomaten kurz mitbraten, dann mit Brühe ablöschen. Nach Belieben mit Chiliflocken würzen und ca. 5 Minuten bei schwacher Hitze köcheln lassen.
4. Die Tortelloni abgießen und zu den Pilzen in die Pfanne geben. Zum Schluss Crème fraîche unterheben und mit Salz und Chiliflocken abschmecken.



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 535 kcal

Kohlenhydrate: 62,2 g

Eiweiß: 15,6 g, Fett: 25,7 g



Arbeitsteilung: Wenn ihr gemeinsam schnippelt, macht es mehr Spaß – und das Essen steht noch schneller auf dem Tisch.



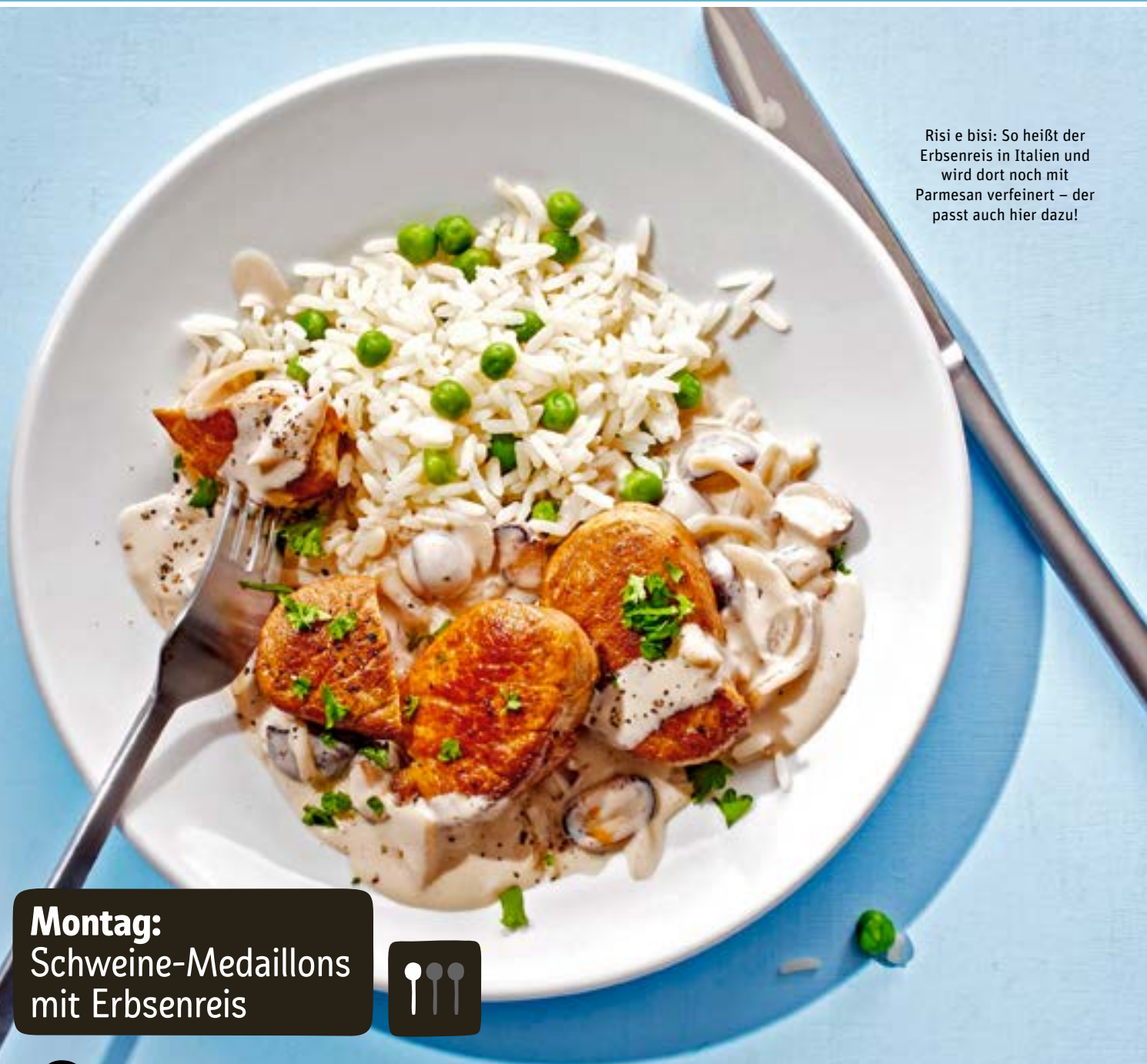
Eine komplette Einkaufsliste für unseren Wochenplan findest du unter [rewe.de/einkaufsliste](https://www.rewe.de/einkaufsliste)



5 Rezepte
ca. 3Euro pro Portion!*

Der REWE-Wochenplan: 1 x einkaufen 5 x genießen

Mit unserem Wochenplan kannst du entspannt in den Montag starten: Wir haben eine Woche mit einfachen Rezepten für dich und deine Familie vorgeplant. Und das Beste daran? Du musst nur 1 x einkaufen gehen!



Risi e bisi: So heißt der Erbsenreis in Italien und wird dort noch mit Parmesan verfeinert – der passt auch hier dazu!

Montag: Schweine-Medaillons mit Erbsenreis



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Für 4 Personen

200 g ja! Langkornreis
Salz

150 g ja! Junge Erbsen (TK)

½ Zitrone

250 g Champignons

2 Zwiebeln

650 g Schweinefilets

Pfeffer

4 EL Öl

250 ml REWE Beste Wahl

Feine Kochcreme

15 g Petersilie (glatt)

1. Den Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Die Erbsen ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit zum Reis geben.

2. Zitrone auspressen. Champignons putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Die Schweinefilets in 3 cm dicke Scheiben schneiden, trocken tupfen, salzen und pfeffern.

3. 2 EL Öl in einer großen, beschichteten Pfanne erhitzen und dann die Schweinemedallions darin goldbraun anbraten, dann herausnehmen.

4. 2 EL Öl in die Pfanne geben und die Champignons darin rundum hellbraun anbraten, salzen und pfeffern. Die Zwiebeln dazugeben und 2 Minuten mitbraten. Mit 100 ml Wasser ablöschen. Die Kochcreme hinzufügen und aufkochen. Die Soße mit 2 TL Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Schweinemedallions zugeben und erhitzen.

5. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen fein hacken. Den Reis abgießen und mit den Schweinemedallions anrichten. Mit Petersilie bestreut servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 604 kcal

Kohlenhydrate: 51,4 g

Eiweiß: 46,8 g, Fett: 24,3 g



10FACH °P

REWE**auf Eier!***

Coupon zusammen mit der (mobilen) PAYBACK Karte an der Kasse vorlegen oder Couponcode auf rewe.de bei Bestellung eingeben.

* Gültig bei Artikelabgaben in haushaltsüblichen Mengen und ab einem Umsatz von 2 € in der angebotenen Kategorie, einmalig und nicht nachträglich einlösbar. Gilt in teilnehmenden REWE Märkten und beim Lieferservice; gilt nicht in Aral/REWE To Go Shops.



2277000000000399239

Gültig vom 20.11.2023 bis 15.01.2024

PAPIERCOUPON NUTZEN**PAYBACK**

Übrig gebliebener Feldsalat bleibt länger frisch, wenn du ihn luftdicht verpackt im Gemüsefach deines Kühlschranks lagerst.

Dienstag: Spitzkohlpudder

**Zubereitungszeit:**
30 Minuten

Für 4 Personen

200 g Mehl
2 Eier (M)
Salz, Pfeffer
200 ml Milch
½ Spitzkohl
2 Möhren
2 Zwiebeln
6 EL Öl
100 g Feldsalat
2 EL Essig
400 g ja! Kräuterquark

DAZU BRAUCHT MAN:
Küchenreibe

1. Das Mehl mit Eiern, etwas Salz, Pfeffer und Milch zu einem glatten Teig verrühren und 10 Minuten quellen lassen.
2. Inzwischen Spitzkohl längs halbieren, den dicken Strunk ausschneiden und den Kohl quer in feine Streifen schneiden. Möhren schälen und raspeln. Zwiebeln schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Kohl, Möhren und Zwiebeln unter den Teig mischen.
3. 4 EL Öl in zwei Pfannen erhitzen und jeweils die Hälfte der Spitzkohlmasse hineingeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 4 Minuten goldbraun braten. Dann vorsichtig wenden und weitere ca. 4 Minuten zugedeckt braten, bis der Teig durchgebacken ist.
4. Inzwischen Feldsalat gründlich waschen und trocken schleudern. 2 EL Öl, 1 EL Wasser, Essig, Salz und Pfeffer verrühren und unter den Salat mischen.
5. Die Spitzkohlpudder aus den Pfannen nehmen, in Stücke schneiden und mit Feldsalat und Kräuterquark servieren.



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 538 kcal
Kohlenhydrate: 60,5 g
Eiweiß: 21,3 g, Fett: 25,1 g



ErnährWert

Currypasten sind je nach Hersteller unterschiedlich scharf. Du kannst ganz nach deinem Geschmack mehr oder weniger davon verwenden.



Mittwoch: Fischcurry



Zubereitungszeit:
35 Minuten

Für 4 Personen

200 g ja! Langkornreis
Salz
½ Zitrone
4 Möhren
2 Zwiebeln
3 EL Öl
2 TL Grüne Currypaste
400 ml REWE Beste Wahl Kokosmilch
300 ml Gemüsebrühe (ggf. glutenfrei)
400 g Seelachs (TK, aufgetaut)
150 g ja! Junge Erbsen (TK)
1 TL Zucker
15 g Petersilie (glatt)

1. Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Zitrone auspressen.
2. Möhren schälen, längs halbieren und schräg in 1 cm breite Stücke schneiden. Zwiebeln schälen, halbieren und in Spalten schneiden.
3. Öl in einem großen Topf erhitzen. Möhren und Zwiebeln darin glasig dünsten. Currypaste zugeben und kurz mitdünsten. Kokosmilch und Gemüsebrühe zugießen. Alles zugedeckt aufkochen und bei mittlerer Hitze 5 Minuten garen.
4. Den Fisch trocken tupfen, dann ca. 3 cm groß würfeln und rundum salzen.
5. Die Erbsen in den Topf geben und 2 Minuten erhitzen. Alles mit Salz, Zucker und 2–3 TL Zitronensaft abschmecken. Fisch in die Soße legen und zugedeckt bei milder Hitze 6–8 Minuten gar ziehen lassen.
6. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blättchen grob hacken. Den Reis abgießen und mit Fischcurry und Petersilie anrichten.



Nährwerte pro Person:
 Kalorien: 636 kcal
 Kohlenhydrate: 65 g
 Eiweiß: 29,4 g, Fett: 30,9 g



Spitzkohl ist etwas milder als normaler Weißkohl, und seine zarten Blätter garen schneller.

Unser Tipp



Donnerstag: Bratkartoffeln mit Raclette-Käse



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Für 4 Personen

1/2 Spitzkohl
4 EL Öl
Salz, Pfeffer
50 g Feldsalat
200 g LE RUSTIQUE Raclette l' Originale
2 Packungen ja! Bratkartoffeln mit Speck und Zwiebeln

1. Spitzkohl längs halbieren und den dicken Strunk herausschneiden. Kohl quer in Streifen schneiden und in zwei Pfannen mit je 2 EL Öl anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten ohne Farbe braten. Kohl aus den Pfannen nehmen.

2. Inzwischen Feldsalat gründlich waschen und trocken schleudern. Käsescheiben dritteln.

3. Die Bratkartoffeln in den Pfannen verteilen und nach Packungsanweisung braten. Den Spitzkohl untermischen und erhitzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Je die Hälfte vom Käse darauf verteilen und zugedeckt schmelzen lassen, dabei nicht umrühren. Zum Schluss den Feldsalat sehr grob hacken und darüberstreuen.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 473 kcal
Kohlenhydrate: 38,5 g
Eiweiß: 19,7 g, Fett: 27,5 g



ErnährWert



Kein Wenden und Stapeln mehr:
Auf dem Blech wird gleich der
komplette Teig zu einem großen
Pfannkuchen gebacken.

Freitag: Pfannkuchen vom Blech



Zubereitungszeit: 40 Minuten
Wartezeit: 20 Minuten

Für 4 Personen

300 ml Milch
4 Eier (M)
160 g Mehl
½ TL Salz
5 EL Öl
300 g ja! Joghurt
griechischer Art natur
2 Päckchen Vanillezucker
1 EL Zucker
2 EL Puderzucker
1 Glas Apfelkompott (370 ml)

1. Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 200 °C) mit einem Backblech auf der mittleren Schiene vorheizen.

2. Milch und Eier verquirlen. Mehl und Salz in einer Schüssel vermischen und die Eiermilch mit einem Schneebesen nach und nach einrühren, bis ein glatter Teig entstanden ist. Dann 10 Minuten quellen lassen.

3. Das heiße Blech gleichmäßig mit dem Öl beträufeln und weitere 2 Minuten im Backofen erhitzen. Danach herausnehmen und den Teig zügig auf dem Blech verteilen. Sofort wieder in den Ofen auf die mittlere Schiene schieben. 15–20 Minuten goldgelb backen.

4. Inzwischen den Joghurt mit Vanillezucker und Zucker verrühren.

5. Pfannkuchen aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen. Mit dem Puderzucker bestreuen und mit Joghurt und Apfelkompott servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 556 kcal
Kohlenhydrate: 60,8 g
Eiweiß: 16,2 g, Fett: 27,5 g



5/10
ErnährWert

Es ist Plätzchenzeit

Gemeinsam backen, naschen und verpacken: Die Weihnachtsbäckerei ist ein kleines Adventsfest für sich. In diesem Jahr haben wir unsere Lieblings-Plätzchenrezepte noch etwas einfacher gemacht – so bleibt viel Zeit für eine kleine Kaffeepause.



Für die Kinder soll es ein Kakao sein? Dann ersetze Kaffeepulver und Wasser durch dieselbe Menge Kakaopulver und Milch.

Gewürz- kaffee



Zubereitungszeit:
15 Minuten

Für 4 Personen

4 TL REWE Bio Instant Kaffeepulver
4 TL Kakaopulver
5 TL Zucker
Salz
1 ½ TL Lebkuchengewürz
1 Msp. Cayennepfeffer
400 ml Milch
200 g ja! Schlagsahne

DAZU BRAUCHT MAN:
Handmixer

1. Kaffeepulver, Kakaopulver, Zucker, 1 Prise Salz, Lebkuchengewürz und Cayennepfeffer im Topf mit 100 ml Wasser verrühren. 300 ml Wasser und die Milch einrühren und alles langsam erhitzen, dabei nicht kochen.

2. Die Sahne mit dem Handmixer steif schlagen. Dann den Kaffee in Tassen füllen und mit der Schlagsahne servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 285 kcal
Kohlenhydrate: 19,8 g
Eiweiß: 6,32 g, Fett: 20,6 g





Und jetzt ab in die Dose!
Wie du deine Plätzchen am besten
aufbewahrst, erfährst du unter
rewe.de/plaetzchen-aufbewahren

Du magst lieber Sterne?
Dann leg einfach sechs Rauten
im Kreis aneinander –
und schon hast du einen
Riesen-Zimtstern.



MIT LIEBE GEMACHT

Zimt- rauten



Zubereitungszeit: 80 Minuten
Wartezeit: 45 Minuten

Für 30 Stück

3 Eiweiß (M)

Salz

225 g ja! Puderzucker

200 g Haselnusskerne (gemahlen)

1 TL REWE Bio Zimt

**DAZU BRAUCHT MAN: Handmixer,
Sieb, Backpapier, Alufolie, Palette**

1. Eiweiß und 1 Prise Salz in einer großen Schüssel mit den Quirlen des Handmixers steif schlagen. Puderzucker sieben und nach und nach löffelweise unter den Eischnee schlagen. 2 Minuten weiterschlagen, bis eine cremig-feste Masse entsteht.

2. 100 g von der Eiweißmasse beiseitestellen. Unter die restliche Masse mit einem Kochlöffel die gemahlene Haselnusskerne und Zimt rühren.

3. Die Nussmasse auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben. Mit feuchten Händen zu einem 1 cm dicken Rechteck formen, mit der restlichen Eiweißmasse bestreichen. Im heißen Ofen bei 130 °C auf der unteren Schiene 45 Minuten backen (Umluft nicht empfehlenswert), nach 30 Minuten locker mit Alufolie abdecken. Abkühlen lassen.

4. Die Teigplatte am besten mit einem Sägemesser zuerst in 4 cm breite Streifen, dann in 3 cm breite Rauten schneiden. Mit einer Palette vom Blech heben.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 77 kcal
Kohlenhydrate: 8,56 g
Eiweiß: 1,53 g, Fett: 4,23 g



10FACH °P

REWE

auf Molkerei Produkte!*

Coupon zusammen mit der (mobilen) PAYBACK Karte an der Kasse vorlegen oder Couponcode auf rewe.de bei Bestellung eingeben.

* Gültig bei Artikelabgaben in haushaltsüblichen Mengen und ab einem Umsatz von 2 € in der angebotenen Kategorie, einmalig und nicht nachträglich einlösbar. Gilt in teilnehmenden REWE Märkten und beim Lieferservice; gilt nicht in Aral/REWE To Go Shops.



2277000000000282589

Gültig vom 20.11.2023 bis 15.01.2024

PAPIERCOUPON NUTZEN

PAYBACK

Gut geschützt: Gläser mit Deckel sind nicht nur dekorativ, sondern auch praktisch zum Aufbewahren deiner Plätzchen.

Marmor-taler



Zubereitungszeit: 2:55 Stunden
Wartezeit: 2 Stunden

Für 90 Stück

200 g Butter (kalt)
125 g Puderzucker
1 Päckchen Vanillezucker
Salz
2 Eigelb (M)
300 g REWE Bio Dinkelmehl
20 g Kakao
1 EL Milch

DAZU BRAUCHT MAN:
Backpapier, Handmixer

1. Butter, Puderzucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz mit den Knethaken des Handmixers verkneten. Eigelbe kurz unterarbeiten. Dinkelmehl kurz unterkneten. Teig halbieren. Unter eine Hälfte den Kakao und die Milch kneten.

2. Hellen und dunklen Teig in je 3 Stücke teilen. Die hellen Teigstücke auf einer bemehlten Fläche zu 3 langen Rollen à ca. 30 cm formen, die dunklen Teigstücke zu 3 ebenso langen Rollen formen. Immer eine helle und eine dunkle Rolle umeinanderschlingen, gut zusammendrücken und erneut zu Rollen von nun ca. 20 cm Länge formen. Rollen abgedeckt mind. 2 Stunden kalt stellen.

3. Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 170 °C) vorheizen. Die Rollen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Diese mit Abstand auf 2 Bleche mit Backpapier legen. Nacheinander im heißen Ofen auf der mittleren Schiene 10–12 Minuten backen. Abkühlen lassen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 37 kcal
Kohlenhydrate: 4,01 g
Eiweiß: 0,56 g, Fett: 2,1 g



Vanillestangen



Zubereitungszeit: 2:20 Stunden
Wartezeit: 1:20 Stunde

Für 30 Stück

1 REWE Beste Wahl Bourbon Vanilleschote

180 g Butter (kalt)

1 Prise Salz

1 Eigelb (M)

60 g ja! Puderzucker

90 g Mandeln (gemahlen, ohne Haut)

180 g Mehl

80 g Zucker

1 Pk. REWE Bio Bourbon-Vanillezucker

DAZU BRAUCHT MAN: Handmixer, Backpapier, Kuchengitter

1. Vanilleschote längs aufschneiden und das Mark herauskratzen. Butter in kleine Stücke schneiden. Butter, Salz, Eigelb und Puderzucker mit den Knethaken des Handmixers verkneten. Mandeln, Vanillemark und Mehl zugeben, mit den Händen zügig glatt kneten. Teig zu einem flachen Ziegel formen und abgedeckt 1 Stunde kalt stellen.

2. Den Teig kurz durchkneten, auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu 4 Rollen formen (à 2 cm Ø). Jeweils in ca. 8 cm lange Stücke schneiden und auf 2–3 mit Backpapier belegte Backbleche setzen. Nacheinander im vorgeheizten Backofen bei 180 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 160 °C) auf der mittleren Schiene 8–10 Minuten goldgelb backen.

3. Zucker und Vanillezucker mischen. Stangen noch warm vom Papier lösen (am besten mit einer Palette), in der Zuckermischung wenden. Auf dem Kuchengitter auskühlen lassen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 106 kcal

Kohlenhydrate: 9,98 g

Eiweiß: 1,48 g, Fett: 6,88 g



Unser Tipp



Spar dir die Arbeit, Kipferl zu formen: Unsere Vanillestangen sind schnell gemacht und mindestens genauso lecker.

DEINE KÜCHE WINTERFESTE PLÄTZCHEN

Hol alle deine Ausstechförmchen aus dem Schrank: Für die gefüllten Plätzchen kannst du jede Form verwenden.



Spitzbuben



Zubereitungszeit: 2:50 Stunden
Wartezeit: 1:30 Stunde

Für 30 Stück

320 g Mehl
150 g Puderzucker
Salz
200 g Butter (kalt)
100 g REWE Beste Wahl Sanft & Fruchtig Himbeer-Johannisbeere
100 g REWE Beste Wahl Sanft & Fruchtig Aprikosen-Konfitüre

DAZU BRAUCHT MAN: Handmixer, Nudelholz, Plätzchenausstecher, Lochtülle, Backpapier



Tipps und Tricks und noch mehr Rezepte für deine Weihnachtsbäckerei gibt's auf rewe.de/plaetzchen

1. Mehl, 100 g Puderzucker und 1 Prise Salz mischen. Butter klein würfeln und zur Mehlmischung geben. 2–3 EL kaltes Wasser zugeben und alles erst mit dem Knethaken des Handmixers, dann mit den Händen zu einem glatten Teig kneten.

2. Den Teig zu einer Kugel formen, flach drücken und abgedeckt 1 Stunde kalt stellen.

3. Ofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 170 °C) vorheizen. Teig in mehreren Portionen aus dem Kühlschrank nehmen und auf einer bemehlten Fläche ca. ½ cm dick ausrollen. Mit den Ausstechförmchen dicht an dicht Plätzchen ausstechen und auf 3 mit Backpapier belegte Bleche setzen. Aus der Hälfte der Plätzchen mit einer Lochtülle kleine Löcher ausstechen. Nacheinander im heißen Ofen auf der mittleren Schiene 10–11 Minuten goldbraun backen. Vollständig abkühlen lassen.

4. Auf die Plätzchen ohne Loch einen Klecks Konfitüre geben. Die Plätzchen mit Loch zuerst mit Puderzucker bestreuen und dann auf die Konfitüre setzen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 124 kcal
Kohlenhydrate: 17,2 g
Eiweiß: 1,14 g, Fett: 5,67 g



Mini-Lebkuchen



Zubereitungszeit: 70 Minuten
Wartezeit: 25 Minuten

Für 40 Stück

250 g REWE Bio Studentenfutter
¼ TL Hirschhornsalz
400 g REWE Beste Wahl Marzipanrohmasse
4 Eiweiß (M)
200 g Zucker
Salz
200 g ja! Haselnusskerne (gemahlen)
2 TL Lebkuchengewürz
100 g Kuvertüre (dunkel)
200 g REWE Beste Wahl Kuchenglasur (dunkel)
2 EL REWE Bio Kakaonibs

DAZU BRAUCHT MAN:
Handmixer, Backpapier

1. Studentenfutter klein hacken. Hirschhornsalz mit 1 TL lauwarmem Wasser verrühren.
2. Marzipan grob zerzupfen, mit Eiweiß, Zucker und 1 Prise Salz in eine Schüssel geben. Mit den Quirlen des Handmixers 5 Minuten cremig rühren.
3. Gemahlene Haselnüsse, Lebkuchengewürz, Hirschhornsalz und 200 g Studentenfutter zugeben und kurz unterrühren.
4. Ofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 170 °C) vorheizen. Lebkuchenteig mithilfe von 2 Teelöffeln in walnussgroßen Portionen auf mit Backpapier belegte Bleche setzen, dabei ca. 4 cm Abstand lassen. Nacheinander im heißen Ofen auf der mittleren Schiene jeweils 12 Minuten backen. Auf den Backblechen vollständig abkühlen lassen.
5. Kuvertüre und Kuchenglasur grob hacken, in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad schmelzen. Lebkuchen kopfüber in den Guss tauchen und überschüssigen Guss am besten mit einem Backpinsel abstreichen. Auf Backpapier setzen, mit restlichem Studentenfutter und Kakaonibs bestreuen und vollständig trocknen lassen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 176 kcal
Kohlenhydrate: 17,4 g
Eiweiß: 4,5 g, Fett: 10,3 g



ErnährWert

Wenn du die Hälfte der Lebkuchen mit Zuckerguss und bunten Perlen verzierst, hast du noch mehr Abwechslung auf deinem Plätzchenteller.

Spekulatius-Streifen



Zubereitungszeit: 2:50 Stunden
Wartezeit: 2:20 Stunden

Für 30 Stück

125 g ja! Butter (zimmerwarm)

125 g Zucker

Salz

3 EL Spekulatiusgewürz

1 Ei (M)

180 g Mehl

100 g Mandeln (gemahlen)

4 EL Milch

100 g REWE Beste Wahl Mandeln (gehobelt)

DAZU BRAUCHT MAN: Backpapier, Handmixer, Backblechrolle, Kuchengitter

1. Butter, Zucker, 1 Prise Salz und Spekulatiusgewürz mit den Knethaken des Handmixers kurz durchkneten. Das Ei kurz unterarbeiten sowie Mehl und gemahlene Mandeln kurz unterkneten. Den Teig zu einem Ziegel formen und flach drücken. Dann 2 Stunden abgedeckt kalt stellen.

2. Auf einem mit Backpapier belegten Blech (40 x 30 cm) mit einer kleinen Backblechrolle gleichmäßig ausrollen. Danach mehrfach mit einer Gabel einstechen und mit der Milch bestreichen. Mit den Mandelblättchen bestreuen und gut andrücken. Ofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 170 °C) vorheizen.

3. Die Teigplatte mit einem scharfen Messer oder Kuchenrad in gleichmäßige Stücke schneiden. Im Ofen auf mittlerer Schiene 15–18 Minuten backen. Das Blech auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. Vorsichtig an den Schnittkanten in Stücke brechen.

Nährwerte pro Stück:

Kalorien: 116 kcal

Kohlenhydrate: 10,7 g

Eiweiß: 2,55 g, Fett: 7,33 g

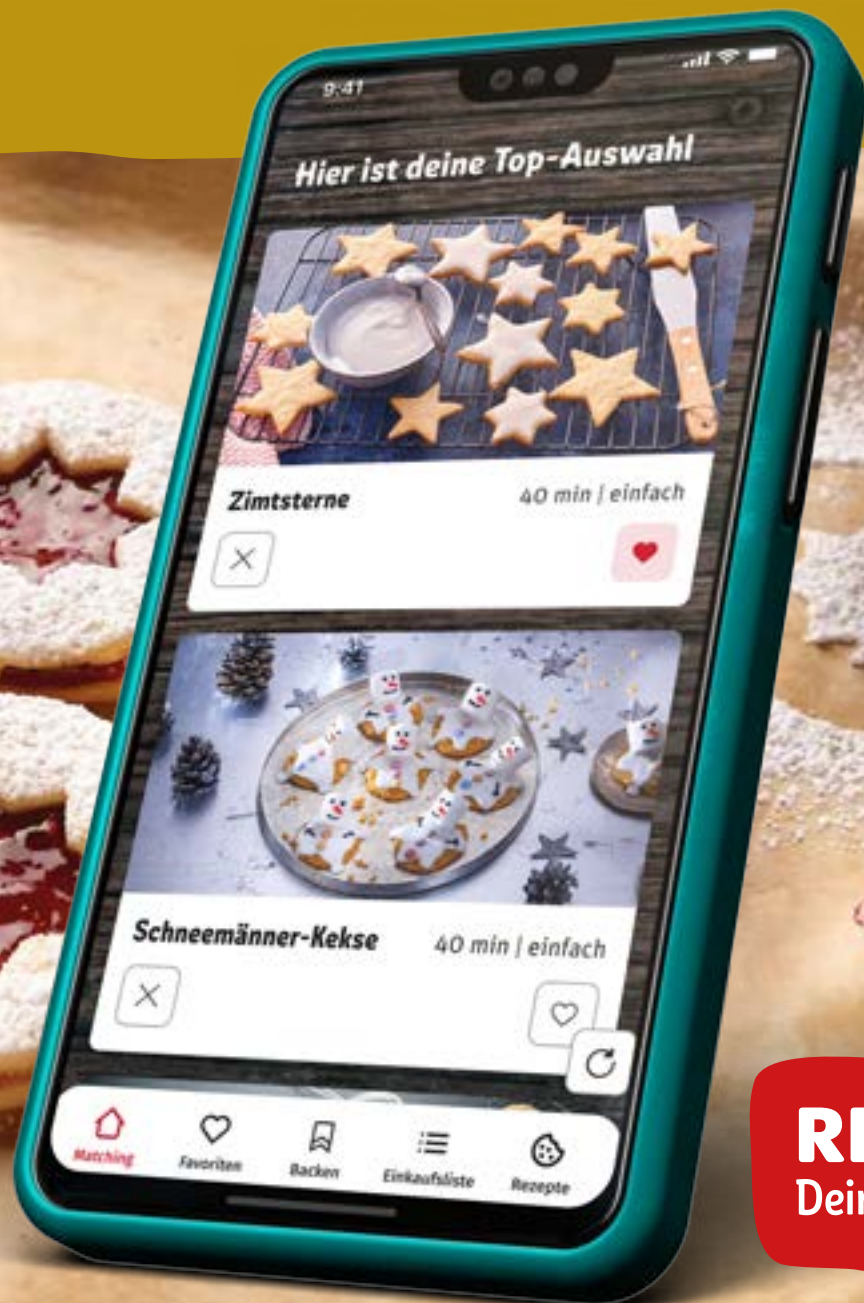


Spekulatiusbacken leicht gemacht: Der Teig wird direkt auf dem Blech ausgerollt und in Stücke geschnitten.

Einfach backen mit dem REWE Plätzchen Planer

Auf die Plätzchen, fertig, backen! Schokoplätzchen, Nussmakronen oder Kipferl? Mit dem Plätzchen Planer hast du deine Lieblinge schnell ausgesucht und bekommst die passende Einkaufsliste gleich dazu. Das Backen mit dem Plätzchen Planer ist dank der praktischen Backmodus-Funktion ein Kinderspiel.

Probier's mal aus: rewe.de/plaetzchen-planer



Hier geht's zum
Plätzchen Planer:



REWE
Dein Markt

Für deine Liebsten

... darf es zu Weihnachten etwas Besonderes sein! Mach deiner Familie mit Gans, Lachs oder vegetarischem Strudel eine Freude und entscheide dich einfach für eure Lieblingsbeilage.

Unser Tipp

Tres Reyes Tempranillo-Syrah

Der spanische Rotwein aus Tempranillo- und Syrah-Trauben ist ein kräftiger und trotzdem zurückhaltender Wein, den du gut zur Weihnachtsgans trinken kannst – aber auch später beim Feiern nach dem Essen.



Dein Festtagsbraten ganz einfach: Eine Schritt-für-Schritt-Videoanleitung findest du unter [rewe.de/gans](https://www.rewe.de/gans)

Keine Angst vorm Zerteilen der Gans: Erst die Keulen, dann die Brust. Am wichtigsten ist ein scharfes Messer.

Gefüllter Gänsebraten



Zubereitungszeit: 45 Minuten
Wartezeit: 3–4 Stunden

Für 6 Personen

1 Gans (4,5 kg, bratfertig, ohne Innereien und Hals)
½ TL Salz
½ TL REWE Beste Wahl Paprikapulver (edelsüß)

3 Äpfel
3 Zwiebeln
½ Sellerieknolle
2 Möhren
3 Lorbeerblätter
2 TL Majoran
Pfeffer

DAZU BRAUCHT MAN: Zahnstocher, Küchengarn, Fettkännchen

1. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Gans mit Salz und Paprikapulver einreiben. Äpfel, Zwiebeln, Sellerie und Möhren schälen und klein schneiden. Die Hälfte davon mit Lorbeer und Majoran vermischen und in die Gans füllen. Die Öffnung der Bauchhöhle mit Zahnstochern verschließen und mit Küchengarn fixieren. Die Keulen locker zusammenbinden.
2. Die Gans mit der Brustseite nach unten auf ein tiefes Blech legen und 500 ml Wasser dazugeben. Im heißen Backofen 45 Minuten garen lassen.
3. Gans anschließend wenden und ca. 2–3 Stunden garen. Dabei immer wieder mit insgesamt 300 ml leicht gesalzenem Wasser begießen.
4. Nach 2 Stunden einen Teil des Bratenfonds abgießen und in ein Fettkännchen geben. Das restliche Gemüse auf das Blech verteilen und alles 1 Stunde weiterbraten.
5. 15 Minuten vor Garzeitende die Temperatur auf 220 °C erhöhen und die Gans knusprig braten.
6. Gans aus dem Ofen nehmen und die Hälfte des Gemüses und den Bratenfond vom Blech in einen Topf geben und fein pürieren. Die Gans im 140 °C heißen Ofen warm halten. Den abgesetzten Bratenfond aus dem Fettkännchen zur Soße gießen, eventuell mit etwas Wasser verdünnen. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und noch mal erhitzen. Mit der Gans servieren.



GLUTENFREI



LAKTOSEFREI

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 1397 kcal
Kohlenhydrate: 20 g
Eiweiß: 118 g, Fett: 95,6 g



ErnährWert



Rotkohl schmeckt noch besser, wenn er gut durchgezogen ist. Koche ihn ruhig schon ein paar Tage vorher.

Apfel-Rotkohl



Zubereitungszeit:
1 Stunde

Für 6 Personen

- 1 Rotkohl (ca. 750 g)**
- 2 Zwiebeln**
- 1 EL Butter**
- Salz, Pfeffer**
- 3 EL Johannisbeergelee**
- 1 Lorbeerblatt**
- 3 Wacholderbeeren (ganz)**
- 500 ml REWE Bio Gemüsebrühe**
- 2 Äpfel**
- 1 TL ja! Feine Speisestärke**
- 2 EL Apfelessig**

1. Den Rotkohl putzen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Viertel nochmals quer in feine Streifen schneiden.
2. Zwiebeln fein würfeln. Butter erhitzen und Zwiebeln darin glasig dünsten. Rotkohl zugeben und 5 Minuten mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gelee, Lorbeerblatt, Wacholderbeeren und Gemüsebrühe zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze 20 Minuten schmoren.
3. Die Äpfel schälen, entkernen, würfeln und zum Rotkohl geben. Dann 10 Minuten weitergaren.
4. Die Speisestärke mit dem Essig verrühren, unter den Kohl mischen und unter Rühren aufkochen.



Nährwerte pro Person:

Kalorien: 101 kcal
Kohlenhydrate: 20,6 g
Eiweiß: 2,46 g, Fett: 1,73 g



Kartoffelknödel



Zubereitungszeit: 50 Minuten
Wartezeit: 30 Minuten

Für 6 Personen

800 kg Kartoffeln (mehligkochend)

½ TL Salz

1 Prise REWE Beste Wahl

Muskatnuss

100 g Kartoffelstärke

50 g Mehl

1 REWE Beste Wahl Ei

100 g Butter

80 g Semmelbrösel

DAZU BRAUCHT MAN:

Kartoffelpresse, Schaumkelle

1. Die Kartoffeln ungeschält mit Salzwasser bedeckt aufkochen und 20 Minuten weich kochen. Kartoffeln abgießen und im noch heißen Topf ausdampfen lassen, bis die Schale trocken ist. Kartoffeln pellen.

2. Die noch heißen Kartoffeln zweimal durch eine Kartoffelpresse drücken und abkühlen lassen.

3. Die Kartoffeln mit Salz und Muskat würzen. Kartoffelstärke und Mehl darüberstreuen und mit den Händen locker untermischen. Ei zugeben und alles zügig zu einem Teig verkneten. Evtl. noch etwas mehr Stärke zugeben.

4. In einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen und salzen. Inzwischen aus der Kartoffelmasse 6 Knödel formen und nacheinander mit einer Schaumkelle in das kochende Wasser geben. Aufkochen und mit halb geöffnetem Deckel bei milder Hitze 15–20 Minuten gar ziehen lassen.

5. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen, dann die Semmelbrösel hinzufügen und bei milder Hitze leicht rösten.

6. Die Knödel mit der Schaumkelle aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und mit den Butterbröseln servieren.



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 369 kcal

Kohlenhydrate: 52,5 g

Eiweiß: 6,11 g, Fett: 15,2 g



Psst! Wenn du wenig Zeit hast, dann nimm unsere ja! Kartoffelknödel. Mit Butter und Bröseln gekrönt merkt sicher niemand den Unterschied.



Gebratener Rosenkohl



Zubereitungszeit: 35 Minuten
Wartezeit: 10 Minuten

Für 4 Personen

600 g Rosenkohl
50 g Haselnüsse
2 Zehen Knoblauch
1 Zweig Thymian
2 EL Öl
1 Prise Salz
50 g Butter
½ Bio-Zitrone
1 TL REWE Beste Wahl Chiliflocken

1. Rosenkohl putzen und halbieren. Die Haselnüsse grob hacken. Die Knoblauchzehen schälen und andrücken. Thymian waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen. Rosenkohl zugeben und 10 Minuten bei mittlerer bis starker Hitze braten, dabei salzen. Butter, die Haselnüsse und Knoblauch dazugeben und 5 Minuten mitbraten.

3. Zitrone auspressen. Rosenkohl mit Chiliflocken, Thymian und 1 Spritzer Zitronensaft würzen und servieren.



GLUTENFREI



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 278 kcal
Kohlenhydrate: 12,6 g
Eiweiß: 8,12 g, Fett: 23,3 g



ErnährWert

Lachsfilet aus dem Ofen



Zubereitungszeit: 30 Minuten
Wartezeit: 15 Minuten

Für 4 Personen

4 Stücke Lachsfilet (à 120 g)
1 REWE Bio Zitrone
6 EL REWE Bio Natives Olivenöl
Salz
Rosa Pfeffer
15 g Petersilie (glatt)
2 Becher miree Meerrettich-Frischkäse

DAZU BRAUCHT MAN: Reibe,
Auflaufform (ca. 25 x 25 cm)

1. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Lachs trocken tupfen. Zitrone heiß waschen, 1 TL der Schale abreiben. Dann die Zitronen in Scheiben schneiden.

2. Lachsfilet mit Öl bestreichen, mit Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer würzen. Lachs in eine ofenfeste Auflaufform oder auf ein Backblech geben. Zitronenscheiben darauf verteilen. Im heißen Ofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze ca. 15 Minuten garen.

3. Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen hacken. Vom miree Meerrettich-Frischkäse Nocken abstechen und auf den Lachs geben. Mit Petersilie bestreut servieren.



GLUTENFREI

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 529 kcal
Kohlenhydrate: 2,79 g
Eiweiß: 30,5 g, Fett: 44,5 g



ErnährWert

Rosenkohl mit Nüssen
oder lieber der Wirsing-
Möhren-Salat von
Seite 45? Zu unserem
Lachs passt beides gut.

Unser Tipp



Pilz-Wellington



Zubereitungszeit: 30 Minuten
Wartezeit: 1 Stunde

Für 4 Personen

80 g REWE Beste Wahl Basmatireis
500 g REWE Bio Champignons (braun)
1 Zwiebel
2 Zehen Knoblauch
5 EL Olivenöl
200 g Blattspinat (TK, aufgetaut)
40 g veganer Käse (gerieben)
1 EL REWE Beste Wahl Dijon Senf
Salz, Pfeffer
1 Rolle veganer Blätterteig

DAZU BRAUCHT MAN: Backpapier

1. Den Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Danach abgießen, gut abtropfen und abkühlen lassen.

2. Pilze putzen, 6 Pilze beiseitelegen und die restlichen Pilze würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln und in einer Pfanne mit 2 EL Öl glasig dünsten. Spinat gut ausdrücken und kurz mitdünsten. Alles aus der Pfanne nehmen.

3. 3 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Pilze zugeben und hellbraun braten, bis die Flüssigkeit komplett verdampft ist.

4. Pilze, Spinatmischung, Reis, Käse und Senf gut vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann vollständig abkühlen lassen.

5. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze (Umluft 180 °C) vorheizen. Den Blätterteig entrollen und mit dem Papier auf ein sauberes Geschirrtuch legen. Die kalte Pilzmischung mittig und längs daraufgeben. Die übrigen Pilze der Länge nach daraufsetzen. Erst eine Blätterteigseite über die Füllung legen und das Papier abziehen. Dann die zweite Blätterteigseite überlappend darüberlegen. Das Papier abziehen. Die Blätterteigenden gut festdrücken und auch seitlich gut verschließen. Den gefüllten Blätterteig mithilfe des Geschirrtuchs auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen, sodass der Verschluss unten ist.

6. Die Oberseite des Teiges mit einem scharfen Messer leicht einritzen, sodass ein Muster entsteht. Pilz-Wellington im heißen Backofen etwa 1 Stunde goldbraun backen.



Nährwerte pro Person:

Kalorien: 566 kcal
Kohlenhydrate: 43,6 g
Eiweiß: 11,9 g, Fett: 39,7 g



10FACH °P**REWE****auf Gemüse!***Coupon zusammen mit der (mobilen) PAYBACK Karte an der Kasse vorlegen oder Couponcode auf rewe.de bei Bestellung eingeben.

* Gültig bei Artikelabgaben in haushaltsüblichen Mengen und ab einem Umsatz von 2 € in der angebotenen Kategorie, einmalig und nicht nachträglich einlösbar. Gilt in teilnehmenden REWE Märkten und beim Lieferservice; gilt nicht in Aral/REWE To Go Shops.



2277000000000371323

Gültig vom 20.11.2023 bis 15.01.2024

PAPIERCOUPON NUTZEN**PAYBACK**

Auch als Vorspeise ist das vegetarische Wellington der perfekte Kandidat. Mit Salat reicht es dann für acht Portionen.

Wirsing-Möhren-Salat



Zubereitungszeit:
15 Minuten

Für 4 Personen

½ Kopf Wirsing**4 Möhren****15 g Petersilie (glatt)****Salz****2 EL Honig****1 EL scharfer Senf****3 EL Essig****4 EL Rapsöl****Pfeffer****200 g REWE Beste Wahl Mango (TK, aufgetaut)**

1. Wirsing waschen und in 1 cm breite Streifen schneiden. Möhren schälen, längs halbieren und schräg in dünne Streifen schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen grob hacken.

2. ½ TL Salz zum Wirsing geben und mit den Händen 2 Minuten kräftig kneten. Honig, Senf, Essig, Öl, 2 EL Wasser und Pfeffer kräftig verrühren und unter den Wirsing mischen. Möhren und Mango unterheben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie bestreut servieren.



GLUTENFREI



LAKTOSEFREI



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 195 kcal

Kohlenhydrate: 25,1 g

Eiweiß: 4,12 g, Fett: 9,8 g



8/10

ErnährWert

Knödel sind nicht so dein Fall? Dann ist das Püree als Beilage zu deiner Gans die richtige Wahl, passt aber auch prima zum Lachs.

Kartoffel-Pastinaken-Püree



Zubereitungszeit: 40 Minuten
Wartezeit: 20 Minuten

Für 4 Personen

1 kg Kartoffeln (mehligkochend)
500 g Pastinaken
Salz
1 Bio-Zitrone
250 ml REWE Bio Frische Weidemilch
REWE Beste Wahl Muskatnuss

DAZU BRAUCHT MAN:
Kartoffelstampfer, Küchenreibe

1. Die Kartoffeln waschen, schälen und halbieren. Die Pastinaken schälen und in Würfel schneiden. Kartoffel- und Pastinakenstücke in einem Kochtopf mit Salzwasser bedecken und zugedeckt aufkochen. Bei milder bis mittlerer Hitze 20 Minuten weich kochen.

2. Zitrone heiß abwaschen und 1 TL von der Schale abreiben. Milch in einem kleinen Topf erhitzen. Weich gekochte Kartoffeln und Pastinaken mit dem Kartoffelstampfer zerstampfen. Milchmischung dazugeben und alles zu einem cremigen Püree verrühren. Mit Salz und geriebener Muskatnuss abschmecken.



GLUTENFREI



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 298 kcal
Kohlenhydrate: 60,7 g
Eiweiß: 8,38 g, Fett: 2,76 g



2/10

ErnährWert



Und was gibt's vorweg? Die perfekte Vorspeise für dein Weihnachtsmenü findest du unter [rewede/vorspeisen](https://www.rewe.de/vorspeisen)



ROTWILD

... Glühwein - heiß begehrt
an kalten Wintertagen



Süße Geschenke

Tiramisu und eine Mousse sollen beim Festessen nicht fehlen? Das haben wir uns auch gedacht und den Lieblingsklassikern noch etwas weihnachtlichen Glamour verpasst.

Schnelles Tiramisu mit Cantuccini



Zubereitungszeit:
25 Minuten

Für 4 Personen

200 ml Espresso (lauwarm)
50 ml Amaretto
150 g REWE Feine Welt Cantuccini
100 g REWE Bio Schlagsahne
40 g Zucker
1 Päckchen Bourbon Vanillezucker
250 g Mascarpone
50 g REWE Feine Welt Fruchtaufstrich Orange aus Sevilla
1 TL Kakaopulver

DAZU BRAUCHT MAN:
Handmixer

1. Espresso mit Amaretto verrühren und die Cantuccini damit tränken. Diese dann in 4 Dessertgläser füllen.
2. Die Sahne mit Zucker und Vanillezucker steif schlagen. Die Hälfte der Sahne mit Mascarpone verrühren und die restliche Sahne vorsichtig unterheben.
3. Die Mascarponecreme auf den Cantuccini verteilen. Fruchtaufstrich Orange auf die Creme klecksen und mit einer Gabel locker verwirren. Mit etwas Kakaopulver bestäuben.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 599 kcal
Kohlenhydrate: 53,5 g
Eiweiß: 6,83 g, Fett: 37,6 g



Viel oder wenig Kakao? Wenn es um Tiramisu geht, hat jeder seine eigenen Vorlieben. Welche bevorzugst du?

Mango-Mousse



Zubereitungszeit: 30 Minuten
Wartezeit: 2:30 Stunden

Für 4 Personen

400 g REWE Beste Wahl Mango in Würfeln (TK)
3 Limetten
3 EL Puderzucker
5 Blätter Gelatine
400 g Joghurt
250 ml Schlagsahne
60 g REWE Feine Welt Dunkle Kakaocreme

DAZU BRAUCHT MAN: Stabmixer, Handmixer, Auflaufform

1. Die Mangowürfel auftauen lassen. Die Limetten halbieren und den Saft auspressen. 100 g Mango beiseitestellen. Den Rest mit Puderzucker in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren.

2. Gelatine nach Packungsanweisung in kaltem Wasser einweichen. 4 EL Limettensaft in einem Topf aufkochen. Vom Herd ziehen und die ausgedrückte Gelatine darin schmelzen. Mangopüree unterrühren. Mit Joghurt in einer Schüssel verrühren und ca. 1 Stunde in den Kühlschrank stellen, bis die Masse am Rand beginnt, fest zu werden.

3. 200 ml Sahne steif schlagen und unter die Creme heben. In eine Auflaufform geben und mindestens 2 Stunden kalt stellen.

4. Inzwischen die restlichen Mangowürfel noch etwas kleiner würfeln. Die Kakaocreme mit 50 ml Sahne bei mittlerer Hitze erwärmen und so lange rühren, bis sich die Creme gut mit der Sahne verbunden hat und eine Schokoladensoße entstanden ist.

5. Die Mangocreme mit Mangowürfeln und Schokosoße servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 490 kcal
Kohlenhydrate: 38,8 g
Eiweiß: 17,1 g, Fett: 29,7 g



Ein Kunstwerk, das viel zu schade ist, um es aufzuessen?
Ach was! Mach die Augen zu und löf fle einfach los...



Unser Tipp



Unser Tipp



Für alle kleinen Naschkatzen ersetze den Glühwein durch Apfelsaft und etwas mehr Zucker.

Glühweinkirschen



Zubereitungszeit:
50 Minuten

Für 4 Personen

120 g Zucker
250 ml REWE Feine Welt Glühwein
1 Packung REWE Beste Wahl Sauerkirschen (TK, 300 g)
1 ½ EL Speisestärke
1 Päckchen Bourbon Vanillezucker
1 Prise Salz
1 Ei (M)
30 g Butter (weich)
80 g REWE Beste Wahl Weizenmehl Type 405
½ TL Backpulver
50 ml Milch
2 EL Sonnenblumenöl
200 g MÖVENPICK Gebrannte Mandel (ca. 4 Kugeln Eis)
1 EL Puderzucker

DAZU BRAUCHT MAN:
Handmixer, Waffeleisen

1. 100 g Zucker in einen Topf geben und unter Rühren erhitzen, bis der Zucker hellgelb karamellisiert. Mit Glühwein ablöschen. Kirschen zugeben und bei mittlerer Hitze auftauen lassen.
2. Speisestärke mit 2 EL Wasser anrühren, zu den Kirschen geben und unter Rühren aufkochen. Dann lauwarm abkühlen lassen.
3. Für die Waffeln 20 g Zucker, Vanillezucker, 1 Prise Salz, Ei und Butter schaumig rühren. Mehl mit Backpulver vermischen und unterrühren. Milch zugeben und alles zu einem glatten Teig rühren.
4. Waffeleisen mit etwas Öl fetten. Waffelteig in kleinen Klecksen ins Waffeleisen geben und zu Mini-Waffeln ausbacken.
5. Eis zu Kugeln formen und mit den Glühweinkirschen und Waffeln auf Desserttellern verteilen. Mit Puderzucker bestäubt servieren.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 565 kcal
Kohlenhydrate: 79,9 g
Eiweiß: 6,57 g, Fett: 20,9 g



Vegane Crème brûlée



Zubereitungszeit: 20 Minuten
Wartezeit: 2 Stunden

Für 4 Personen

1/2 REWE Feine Welt Tonkabohne
1 Päckchen Puddingpulver
(Vanille)
70 g Rohrohrzucker
150 ml REWE Bio Kokosmilch
400 g vegane Schlagcreme
(vegane Sahne)

DAZU BRAUCHT MAN:
Reibe, hitzebeständige Förmchen,
Flambierbrenner

1. Tonkabohne fein reiben. Puddingpulver mit 30 g Rohrohrzucker vermischen. Mit 4 EL Kokosmilch glatt rühren. Restliche Kokosmilch mit der veganen Schlagcreme und der geriebenen Tonkabohne in einen Topf geben und aufkochen. Vom Herd nehmen, das Puddingpulver einrühren, wieder auf den Herd stellen und unter Rühren 1 Minute kochen.

2. Die Creme auf 4 hitzebeständige Förmchen verteilen und 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

3. Kurz vorm Servieren die Oberflächen der Creme gleichmäßig mit je 10 g Rohrohrzucker bestreuen und diesen mit einem Flambierbrenner goldbraun karamellisieren.

Nährwerte pro Person:
Kalorien: 341 kcal
Kohlenhydrate: 30,1 g
Eiweiß: 2,92 g, Fett: 23,9 g



Das Knacken beim Durchbrechen der Zuckerkruste ist das Lieblingsgeräusch der Crème-brûlée-Fans.

Unser Tipp



Lasst es krachen!

Zu Silvester dürfen die Korken fliegen.

Der Sekt füllt dieses Jahr Cocktails auf, und zu jedem Cocktail gibt's einen passenden Snack. Prosit Neujahr!



Grapefruit-Ingwer-Fizz



Zubereitungszeit:
5 Minuten

Für 6 Sektschalen

DAZU BRAUCHT MAN:
Zestenreißer

1. 300 ml REWE Beste Wahl Pink Grapefruit Direktsaft mit 125 ml REWE Bio Ingwer-Shot mit Apfelsaft in einem Messbecher vermischen. 1 Bio-Orange gut waschen und mit einem Zestenreißer 6 Streifen Schale abziehen.

2. 6 Sektschalen mit je 2 Eiswürfeln füllen und die Grapefruit-Ingwer-Mischung darauf verteilen. Dann mit 375 ml Prosecco (gekühlt) aufgießen und mit den Orangenzesten und 6 kleinen Rosmarinzeigen garnieren.

Nährwerte pro Sektschale:

Kalorien: 87 kcal
Kohlenhydrate: 10,1 g
Eiweiß: 0,41 g, Fett: 0,07 g



Beim Fizz darf Kohlensäure nicht fehlen. Für Fahrer kannst du auch alkoholfreien Sekt verwenden.

Diese Raketen werden
Mitternacht sicher nicht
erleben. Mach
lieber gleich ein paar
mehr davon!

Blätterteig- Raketen



Zubereitungszeit: 35 Minuten
Wartezeit: 10 Minuten

Für 6 Personen

**12 REWE Beste Wahl Wiener
Würstchen**

1 Packung ja! Blätterteig

225 g Gouda am Stück

1 Ei (M)

2 EL Milch

**DAZU BRAUCHT MAN:
Holzspieße, Backpapier**

1. Würstchen abgießen. Blätterteig
in ca. 1 cm breite Streifen schneiden
und um die Würstchen wickeln.

2. Aus dem Käse 12 Dreiecke schnei-
den und beiseitelegen, den restlichen
Käse reiben. Das Ei trennen und das
Eigelb mit Milch verrühren.

3. Backofen auf 180 °C Umluft vor-
heizen (200 °C Ober-/Unterhitze).

4. Spieße auf ein mit Backpapier
ausgelegtes Backblech legen. Die
Spieße mit der Eiermilch bestreichen
und mit geriebenem Käse bestreuen.
Ca. 10 Minuten goldbraun backen.

5. Die Spieße vollständig abkühlen
lassen. Anschließend die Käsecken
als Spießspitzen aufspießen.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 610 kcal

Kohlenhydrate: 14,5 g

Eiweiß: 24,9 g, Fett: 50,9 g



Glühwein-Tonic



Zubereitungszeit:
10 Minuten

Für 6 Gläser

1. ½ REWE Bio Orange in Scheiben schneiden. 1 Zitrone auspressen. Dann 400 ml REWE Feine Welt Glühwein, den Zitronensaft und 400 ml REWE Bio Orangensaft vermischen.

2. 6 Gläser mit Crushed Ice füllen. Die Glühweinnischung einfüllen und mit 800 ml Dry Tonic Water aufgießen. Mit Orangenscheiben garniert servieren.

Nährwerte pro Glas:

Kalorien: 151 kcal
Kohlenhydrate: 27,6 g
Eiweiß: 0,73 g, Fett: 0,17 g



Aufgepikt und ab in den Mund: Serviere die Salzstangen am besten separat zu den Frischkäsebällchen.

Cheese-Pops



Zubereitungszeit:
20 Minuten

Für 6 Personen

1. 400 g REWE Bio Frischkäse abtropfen lassen und mit 50 g Käse (gerieben) vermischen. 50 g Pistazien ohne Schale sowie 100 g Cranberrys fein hacken und auf einem flachen Teller vermischen.

2. Frischkäsemischung mit einem Teelöffel portionieren und mit den Händen zu 18 Kugeln rollen. Die Frischkäsebällchen vorsichtig in der Pistazien-Cranberry-Mischung wälzen. **9 ja! Salzstangen mit Meersalz** halbieren und in die Frischkäsekugeln stecken.



VEGETARISCH

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 331 kcal
Kohlenhydrate: 20,7 g
Eiweiß: 11,1 g, Fett: 23 g



Kuchen am Spieß



Zubereitungszeit:
30 Minuten

Für 8 Personen

DAZU BRAUCHT MAN:
Backpapier

1. **1 REWE Beste Wahl Zupfkuchen (500 g, TK)** noch gefroren in 16 Würfel schneiden. **16 ja! Milch Schoko & Keks Sticks** in die Kuchenwürfel stecken.

2. **600 g REWE Beste Wahl Kuchenglasur** nach Packungsanweisung schmelzen. Kuchenwürfel in die Glasur tauchen, kurz abtropfen lassen und auf Backpapier setzen. Dann mit **1-2 EL Zuckerperlen** verzieren und trocknen lassen.

Nährwerte pro Person:

Kalorien: 557 kcal
Kohlenhydrate: 68,6 g
Eiweiß: 8,18 g, Fett: 28,9 g



Für die Party-Kids gibt's Apfelschorle „on the rocks“ – und schon fühlen sie sich wie die Großen.

Apfel hoch 3



Zubereitungszeit:
15 Minuten

Für 6 Gläser

1. **1 REWE Bio Apfel** waschen, vierteln, Kerngehäuse heraus schneiden und die Apfelviertel in Scheiben schneiden.

2. **200 ml Calvados** und **500 ml REWE Beste Wahl Apfelsaft** vermischen. 6 Gläser mit Eiswürfeln füllen und die Calvados-Mischung zugeben. Mit **300 ml Cidre** aufgießen, dann mit Apfelscheiben und mit **je 1 Zimtstange** garniert servieren.

Nährwerte pro Glas:

Kalorien: 183 kcal
Kohlenhydrate: 15,2 g
Eiweiß: 0,14 g, Fett: 0,05 g



Erbesen an Silvester sollen für reichlich Kleingeld im Portemonnaie sorgen: Also ran an die Taler mit der Erbsen-Creme!



Avocado-Erbesen-Taler



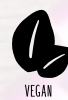
Zubereitungszeit:
20 Minuten

Für 6 Personen

DAZU BRAUCHT MAN:
Mixer, Spritzbeutel

1. 150 g ja! Junge Erbsen (TK) in kochendes **Salzwasser** geben, einmal aufkochen, dann abgießen und kalt abschrecken. **1 Bio-Zitrone** halbieren und auspressen. **1 Avocado** halbieren, Kern herauslösen und das Fruchtfleisch mit den Erbsen und 2 EL Zitronensaft in einen Mixer füllen und fein pürieren. Mit Salz, **Pfeffer** und Zitronensaft abschmecken.

2. Den Dip in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf **18 Pumpernickeltaler** spritzen. Mit **10 g gefriergetrockneten Beeren** garnieren und ca. $\frac{1}{2}$ TL **Chiliflocken** bestreuen.



Nährwerte pro Person:

Kalorien: 136 kcal

Kohlenhydrate: 21,1 g

Eiweiß: 3,67 g, Fett: 5,25 g



8/10

ErnährWert

Kokos-Daiquiri



Zubereitungszeit:
10 Minuten

Für 6 Gläser

DAZU BRAUCHT MAN:
Reibe

1. 4 **Bio-Limetten** waschen. ½ Limette in 6 Scheiben schneiden, den Rest halbieren und auspressen.

2. Limettensaft, **600 ml Kokoswasser**, **300 ml weißen Rum** und **8 EL REWE Bio Agavendicksaft** verrühren. Etwa ¼ von **1 REWE Feine Welt Tonkabohne** fein reiben und den Drink damit würzen. Am besten vor dem Servieren kalt stellen.

3. 6 Gläser mit **Eiswürfeln** füllen und den Drink darübergießen. Mit den Limettenscheiben garniert servieren.

Nährwerte pro Glas:

Kalorien: 184 kcal
Kohlenhydrate: 13,8 g
Eiweiß: 0,36 g, Fett: 0,91 g



Rum, Zucker und Limette sind die klassischen Daiquiri-Zutaten. Wir haben ihn mit Kokos und Tonkabohne veredelt.

Schnelles Finale – und dann sehen wir uns im neuen Jahr!



Shakshuka wird in Israel als Frühstück serviert. Unsere Variante mit Spinat ist aber auch ein tolles Hauptgericht.

Shakshuka mit Spinat



Zubereitungszeit:
15 Minuten

Für 4 Personen

- 1 REWE Beste Wahl Fladenbrot (500 g)**
- 450 g Spinat (TK, aufgetaut)**
- 1 Glas Kichererbsen (220 g)**
- 2 Packungen REWE Beste Wahl Tomatensauce Basilikum (à 380 g)**
- 1 TL Kreuzkümmel**
- Salz, Pfeffer**
- 4 Eier (M, zimmerwarm)**
- 2 EL Olivenöl**

1. Fladenbrot nach Packungsanweisung im Ofen aufbacken. Inzwischen den Spinat gut ausdrücken. Kichererbsen abgießen.
2. Tomatensauce in einer hohen Pfanne erhitzen. Spinat und Kichererbsen zugeben. Alles mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer kräftig würzen und aufkochen.
3. Mit einem Löffel 4 Mulden in die Soße drücken, dann die Eier nacheinander aufschlagen und in jede Mulde ein Ei gleiten lassen. Im heißen Backofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) 10 Minuten stocken lassen, bis das Eiweiß fest ist.
4. Mit Olivenöl beträufeln und mit dem Fladenbrot servieren.



Nährwerte pro Person:

Kalorien: 656 kcal
Kohlenhydrate: 96,8 g
Eiweiß: 28 g, Fett: 19,7 g



Du brauchst noch mehr schnelle Rezepte?
Auf [rewede/wintergerichte](https://www.rewe.de/wintergerichte) findest du unsere 10 schnellsten Gerichte für die kalte Jahreszeit.

MIT LEICHTIGKEIT UND ABWECHSLUNG INS NEUE JAHR!

Das ist jetzt genau das Richtige: Nach den Feiertagen wird's in der Küche wieder leichter. Wir bringen die Vielfalt an Gemüse und Hülsenfrüchten auf den Speiseplan, genießen aber auch bewusst mal ein Schnitzel.

**Das nächste „Deine Küche“-Magazin liegt ab dem
15. Januar in deinem REWE Markt.**

IMPRESSUM



Fotograf: Andreas Hirsch
Foodstyling: Tobias Rauschenberger
Propstyling: Claudia Neu

HERAUSGEBER (V. i. S. d. P.)

REWE Markt GmbH, Domstraße 20, 50668 Köln,
Tel. +49 (0)221/177 397 77,
kundenmanagement@rewe-group.com,
www.rewe.de

Gesamtverantwortung Elke Wilgmann

Projektverantwortung Bastian Tassew

Leitung REWE Deine Küche Svenja Kilzer

Realisation & Koproduktion www.talla.hamburg

Chefredaktion Marion Heidegger, Svenja Kilzer

Creative Direction Jens Hagedorn,

Pierre Marcel Karge, Christian Talla

Layout & Bildbearbeitung Christian Talla

Redaktion Diane Buckstegge, Anja Corvin,

Sarah Eden, Marion Heidegger,

Dörthe Meyer, Teresa Windau

Schlussredaktion Dr. Stefanie Marschke

Leitung REWE Studio Pierre Marcel Karge

Food-Fotografie Jorma Gottwald,

Andreas Hirsch, Eike Klein-Luyten

Propstyling Claudia Neu,

Susanne Schanz-Kropp, Meike Stüber

Foodstyling Daniel Brodt, Stephan Krauth,

Tobias Rauschenberger

Foodstyling-Assistenz Eva Kiklas,

Roberta Silva, Melanie Socha

Illustration Marco Freund

Druck Stark-Druck GmbH + Co.KG, Im Altgefäll 9,
75181 Pforzheim, www.stark-gruppe.de

Anzeigen retailmedia@rewe-group.com

HAFTUNG Eine Haftung für die Inhalte der Beiträge und die Rezepte wird nicht übernommen. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Nachdruck, Kopien oder Vervielfältigungen sind nur mit schriftlicher Zustimmung gestattet. Für unverlangte Einsendungen wird keine Gewähr übernommen. Bei direkten oder indirekten Verweisungen auf fremde Internetseiten distanziiert sich die REWE Markt GmbH von deren Inhalt und übernimmt dafür keine Haftung.



DE-ÖKO-00 6

Deine Treuepunkt-Aktion mit Disney!

Sammele jetzt bis zum 27.01.2024 für neue Hingucker auf deinem Tisch.

Dein zauberhaft
gedeckter Tisch
mit

Disney

Frühstücksteller,
2er-Set

71% gespart*

7.99

5.99



+ 30 Treuepunkte
Preis ohne Treuepunkte 27.99 €

Tasse, 2er-Set

70% gespart*

7.99

5.99



+ 30 Treuepunkte
Preis ohne Treuepunkte 26.99 €

Servierbrett
aus Holz

69% gespart*

16.99

14.99



+ 30 Treuepunkte
Preis ohne Treuepunkte 55.99 €

Spare 2 € je Prämie mit
der REWE App!**

Treuepunkte und PAYBACK Punkte sammeln
sowie REWE Coupons nutzen – alles in der
REWE App mit nur einem Scan an der Kasse!

Mehr Informationen unter [rew.de/treuepunkte](https://www.rewe.de/treuepunkte)



© Disney

*Im Vergleich zum jeweiligen Preis ohne Treuepunkte. **Gilt nur für in der REWE App gesammelte und eingelöste Treuepunkte. REWE behält sich vor, einzelne Treueprämien bei unerwarteter Nichtverfügbarkeit von der Aktion auszuschließen oder erst zu einem späteren Zeitpunkt zur Verfügung zu stellen sowie die Aktion bei unerwartetem Ausverkauf der Treueprämien vorzeitig zu beenden. Treuepunkte gelten nur für diese Treuepunkt-Aktion und können nicht bar vergütet werden. Gültig ab 23.10.2023.