

# Kühne-Kochkiste: Tipps und Rezeptideen für Hobbyköche

Als ältestes Markenunternehmen Deutschlands legte die Carl Kühne KG (GmbH & Co.) seit jeher viel Wert auf Qualität, Kundenzufriedenheit und Weiterentwicklung. Gemeinsam mit dem Profikoch Freddy Grun wurde ein neues Serviceprodukt entwickelt, das wir Ihnen gerne vorstellen möchten – die Kühne Kochkiste.

22.02.2018 - von MEINE VITALITÄT Redaktion

„Das musst Du probieren!“ Seit 2010 präsentiert die Carl Kühne KG bereits passend zu ihren Produkten nach dem Motto „Das musst Du probieren!“ zahlreiche Rezeptideen und Zubereitungshinweise auf der eigenen Internetpräsenz. Die neu entwickelte „Kühne Kochkiste“ rundet nun das Gesamtangebot im Netz ab und holt den Interessenten da ab, wo er sich aufhält und wie er das Angebot konsumieren möchte – von der eigenen Unternehmensseite bis hin zu den Social Media Kanälen You Tube, Facebook oder Google+. Das Unternehmen ist mit diesem Dienstleistungsangebot im Trend und verknüpft gekonnt die Disziplinen Kundenbindung, Marketing und Neue Medien.

Hobbyköche auf der Suche nach spannenden Rezeptideen und Kochtipps Interessant ist das Angebot für viele Hobbyköche, die sich geschmacklich weiterentwickeln wollen und etwas Neues ausprobieren möchten.

In drei- bis vierminütigen Videos präsentiert Profikoch Freddy Grun einmal im Monat ein einfaches Gericht, welches mit Hilfe der detaillierten Anleitung individuell nachgekocht werden kann.

Um auch die junge Zielgruppe anzusprechen, wurde speziell ein junger Koch ausgewählt. Durch seine offene, lockere und frische Art begegnet Freddy Grun dem Nutzer auf Augenhöhe und

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/984>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

animiert zum Mit- und Nachmachen.

Weiterhin findet der Interessent zahlreiche Zubereitungshinweise in der Kategorie „Tipps & Tricks“. Hier kann man noch das Eine oder Andere dazu lernen.

Inzwischen bietet die Rezeptdatenbank der Kühne Kochkiste schon eine gute Auswahl an Gerichten. MEINE VITALITÄT stellt Ihnen 2 Rezeptideen von Freddy Grun vor.

Warmer Grillsalat **Für 2 Personen benötigen Sie:**

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Teelöffel Kühne Kräutersenf
- 1 Stiel Thymian
- 2 gute Schuss Olivenöl
- etwas Salz und Pfeffer
- den Saft von einer halben Zitrone
- 1 Aubergine
- 10 Champignons
- 1 gelbe, rote und grüne Paprika
- 1 Ziegenkäserolle
- 8 Scheiben Parmaschinken
- je 1 Bund glatte Petersilie, Kerbel, Estragon, Rucola, Koriander, Schnittlauch und Minze

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/984>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

- 1 Esslöffel Fattorie Vandelli Condimento Bianco

- 1 Esslöffel Honig

### **So bereiten Sie den warmen Grillsalat zu:**

Zunächst schälen Sie den Knoblauch und schneiden ihn klein. Dann verrühren Sie den Kräutersenf, den abgezapften Thymian, die Hälfte vom Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zitronensaft zu einer Marinade.

Anschließend putzen Sie die Aubergine, schneiden sie in Scheiben, putzen die Champignons, entfernen die oberste Haut mit einem Messer, putzen auch die Paprika, entkernen sie und schneiden sie in grobe Stück. Diese Zutaten geben Sie in die Marinade, vermengen sie gut und lassen sie ziehen.

Die Ziegenkäserolle in gleich große Stücke schneiden und gut in den Parmaschinken einwickeln. Alle Kräuter mit den Stängeln fein schneiden.

Sie legen nun das Gemüse und die Ziegenkäsepäckchen auf einen heißen Grill und braten von jeder Seite zwei bis drei Minuten an.

Zum Schluss geben Sie das gegrillte Gemüse mit den Kräutern in eine Schüssel und vermengen es mit Condimento, dem übrigen Olivenöl, Salz, Pfeffer und Honig. Es wird mittig auf einen Teller gelegt und mit den Ziegenkäsepäckchen darauf angerichtet.

Schwierigkeitsgrad: leicht

Zubereitungszeit: circa 45 Minuten

Kräutercrêpes mit Lachsfüllung **Für 6 Personen benötigen Sie:**

### **Für den gebeizten Lachs:**

- 600 Gramm grobes Meersalz

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/984>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

- 300 Gramm Zucker
- 600 Gramm Lachsfilet

**Für den Crêpes-Teig:**

- Dill und Petersilie
- 2 Eier
- 3 Esslöffel Mehl
- 200 Milliliter Milch
- Eine Prise Salz
- Butter zum Ausbacken

**Für die Füllung:**

- 125 Gramm Crème fraîche
- 4 Teelöffel mittelscharfer Senf
- 200 Gramm Rucola

**Zum Anrichten:**

- Holzspieße
- Blätter vom gemischten Salat

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/984>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

- 200 Gramm geröstete Paprika
- 25 Milliliter Aceto Balsamico
- Eine Prise Salz

### **So bereiten Sie die Kräutercrêpes mit Lachsfüllung vor:**

#### **Lachs beizen:**

Mischen Sie Salz und Pfeffer und legen Sie das Lachsfilet mit der Hautseite nach oben in die Hälfte des Gemisches. Die übrige Mischung verteilen Sie darauf.

Eine Schüssel mit Wasser befüllen, die als Beschwerer auf dem Lachs dient, und 1 bis 2 Tage im Kühlschrank beizen lassen.

#### **Zubereitung der Crêpes:**

Waschen, schütteln und trocknen Sie Dill und Petersilie. Danach hacken Sie die Kräuter klein und pürieren sie mit den Eiern, dem Mehl, der Milch und dem Salz zu einem glatten Teig.

In eine Pfanne etwas Butter geben und dann nach und nach 6 dünne Crêpes aus dem Teig von beiden Seiten kurz anbacken und auskühlen lassen.

Schneiden Sie den Lachs in dünne Scheiben und belegen Sie die Crêpes. Anschließend bestreichen Sie sie mit etwas Crème fraîche und Senf.

Rucola putzen, zerzupfen, oben auf legen und Crêpes aufrollen. Damit die Crêpes stabiler sind, sollten Sie die Ränder mit etwas Senf bestreichen, Holzspieße einstecken und vorsichtig durchschneiden.

Den Salat waschen und trocken tupfen. Die gerösteten Paprika in Streifen schneiden und beides auf den Teller verteilen. Mit etwas Balsamico beträufeln und nach eigenem Ermessen salzen.

Abschließend noch die Crêpes-Stücke darauf anrichten und servieren.

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/984>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zubereitungszeit: circa 60 Minuten

**MEINE VITALITÄT wünscht Ihnen viel Spaß beim Stöbern, Nachkochen und Genießen.**