

nonolicious in diversen Medien



www.nonolicious.com

BLOGGER
der Woche

LESER KÜCHEN

Die besten Blogs der
COOKING-Leser

nonolicious.com

Bloggerin Nora ist ein echter Foodie, denn die Liebe zu Lebensmitteln aller Art wurde ihr schon in die Wiege gelegt.



SÜSS TRIFFT SALZIG. Die süßen Brombeeren harmonieren perfekt mit dem herben Ziegenfrischkäse.

Zutaten

Für den Teig:

250 g Mehl, 140 ml Wasser
1 EL Öl, Salz

Für den Belag:

200 g Sauerrahm
140 g Ziegenfrischkäse
1 Knoblauchzehe
½ Zitrone, Salz, Pfeffer
125 g Brombeeren, eine Birne
1 Handvoll Haselnüsse
4-5 Schalotten
frischer Thymian
etwas Honig

Zubereitung

1. Den Sauerrahm mit dem Ziegenfrischkäse mischen und mit einer gepressten Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer und

Flammkuchen

dem Saft einer halben Zitrone abschmecken. Für den Flammkuchenboden Mehl, Wasser, Öl und eine Prise Salz zu einem homogenen Teig verkneten. Anschließend mit einer runden Flasche oder einem Nudelwalker dünn auswalken. Die angegebene Menge ergibt ca. ein Blech.

2. Die Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden. Die Birnen waschen, halbieren, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Die Haselnüsse halbieren. Die Backofen auf 200°C Umluft vorheizen. (180°C Ober-/Unterhitze)

Den Teig auf ein mit Backpapier belegtes Gitter legen (auf dem Gitter wird der Teig knuspriger als auf dem Backblech) und mit der Ziegenfrischkäsecreme bestreichen. **3.** Den Flammkuchen zuerst mit den Zwiebeln belegen, da-

mit diese beim Backen nicht verbrennen. Dann die Birnenscheiben, die Brombeeren und die Nüsse darauf verteilen. Dann für ca. 20-25 Minuten im vorgeheizten Ofen auf der mittleren Ebene knusprig braun backen. Den fertigen Flammkuchen mit Thymian und Honig garnieren und genießen.

Ursprünglich kommt Bloggerin Nora aus dem schönen Salzburg und ist dort am Land aufgewachsen. Das ist auch der Grund dafür, dass sie am liebsten mit regionalen und frischen Zutaten feine Gerichte zaubert. Und da war auch das Studium der Ernährungswissenschaft naheliegend. Was es auf ihrem Blog zu entdecken gibt? Wir würden es „Quer durch den Gemüsegarten“ nennen, denn hier wird alles gekocht, was frisch ist und schmeckt!

steckbrief

Name
Nora

Inspiration für meine Postings...
finde ich in Zeitschriften, im Internet und beim Träumen

Mein Vorbild ist...
Garfield: Viel schlafen und La-sagne

Ich kann nicht leben ohne...
meiner großen Liebe... Essen! ;)

Das kommt mir nicht auf den Teller...
Ich kann nicht Nein zu Essen sagen, also kommt alles auf den Teller. Zumindest einmal

www.nonolicious.com

Bewerben Sie sich auf

WIRKOCHEN.at

BLOGGER AUFGEPA SST! Bewerben Sie sich mit Ihrem Lieblingsrezept und dem Stichwort „Blogger“ unter cooking @ oe24.at oder wirkochen.at

LIEBES KÜCHE



steckbrief
Name: Nora Novak
Sie ist mein Blog, ich wohne nicht auf einer Ernährungsinsel, sondern spezialisiert. Denn es soll jeder etwas für seinen Geschmack finden. Deshalb gibt's von vegan bis deftig und süß bis zu erfrischend.
Lieblingsgericht: Das ist einfach: Süß mit Avocado und Lachs.
Erste Kocherfahrung: Schampusfond für Fleisch immer bei meinen Eltern machen – Eine open family, die da stehen und lächeln, ist das richtigste Gericht, was über eine Ladung, die ich heute noch habe.

Bewerben Sie sich auf WIRKOCHEN.at
Schicken Sie uns ein Foto von sich und drei Rezepten, die Sie für uns kochen möchten – und werden Sie zum COOKING-Star!

Bloggerin Nora kocht mit dem Herbstklassiker

Köstliches mit Kürbis

Nora (27) vom Blog nonolicious wollte ein Menü kreieren, welches einen roten Faden hat. Und da der Startschuss für den Herbst bereits gefallen ist, war da der Kürbis natürlich naheliegend. Ob deftige Kürbissuppe oder süße Kürbismuffins – Nora hat mit ihrem Menü die Jahreszeit auf den Teller geholt.

Redaktion: Alexander Ruck, Vivian Dank an das Meinwald Kochamt.



Vorapreise

Kürbissuppe mit Feta-Nuss-Crumble

■ Dauer: 30 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten
ca. 600 g Hokkaido Kürbis (mit Schale und Kern) 500-600 ml Wasser 3-4 Schalotten 250 ml Schlagobers 200 g Fetakäse, 1 EL Honig 4 EL Nussgeröstet (Haselnuss, Walnuss, Kürbiskernöl) 2 frische Thymian 1-2 TL Zucker Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Zubereitung
1. Kürbis schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Schalotten schälen ebenfalls in Würfel schneiden. In einem Topf etwa 10 min köcheln lassen. Dann die Schalotten Würfel darin glasig anbraten und den Zucker dazu geben. Im Anschluss den geschälten Kürbis dazugeben und gemeinsam anbraten.
2. Das Gericht salzen, pfeffern, mit dem Wasser aufgießen und köcheln lassen. Währenddessen in einer beschichteten Pfanne die Nüsse anbraten und mit dem Honig vermischen.
3. Wenn der Kürbis weich ist, die heiße Suppe mit einem Stabmixer cremig pürieren. Anschließend das Obere unterrühren und mit Salz und Muskatnuss abschmecken. Die fertige Suppe auf Teller verteilen und mit der Nussmischung, zerkrümelten Feta und frischen Thymianblättern garnieren.



Hauptgang

Kürbis-Panzanella mit Salsiccia

Zutaten
 ca. 600 g Hokkaido-Kürbis
 8 Scheiben Brot, 400 g Salsiccia
 Ca. 800 g Cherrytomaten
 3-4 Schalotten
 150 g Parmesan (im Stück)
 4 EL Olivenöl für das Dressing
 Frischer Thymian
 ½ Zitrone, ein Schuss Essig
 Salz, Pfeffer
 etwas Öl (Mais, Sonnenblume
 oder Raps)

Zubereitung
 1. Den Ofen auf 180°C Umluft
 vorheizen. Den Kürbis schälen,

entkernen und in Spalten
 schneiden. Dann auf ein mit
 Backpapier belegtes Backblech
 legen und mit etwas Öl bepin-
 seln. Auf mittlerer Schiene für
 ca. 20 bis 25 Minuten in den
 Ofen geben.
 2. Das Brot in grobe Würfel
 schneiden und in einer be-
 schichteten Pfanne ohne Öl
 knusprig anbraten. Während-
 dessen die Cherrytomaten wa-

schneiden, halbieren und in eine
 große Schüssel geben. Die
 Schalotten schälen und in gro-
 ße Stücke schneiden.
 3. Für das Dressing ca. 8
 Stück der Tomaten gemein-
 sam mit dem Olivenöl, dem Zit-
 ronensaft, einem Schuss Essig
 mit dem Stabmixer pürieren.
 Das Dressing zur Seite stellen
 und erst kurz vor dem Servie-
 ren auf den Salat geben.

4. Die Salsiccia in einer Pfan-
 ne mit etwas Öl anbraten. Die
 fertig gebratene Wurst in Strü-
 cke schneiden und ebenfalls in
 die Schüssel geben. Nun die
 fertigen Kürbisspalten und die
 Brotwürfel in die Schale geben
 und alles mit dem Dressing,
 Thymian und gehobeltem Par-
 mesan vermischen.

GUT GEMISCHT. Damit die Brot-
 würfel die Vinaigrette auch gut
 aufnehmen können, sollte man al-
 les gut durchmischen.



HUNGER AUF MEHR. Die süßen Muf-
 fins laden zum Reinbeißen ein.

Dessert Kürbismuffins mit Zimt-Frosting

■ Dauer: 50 min
 ■ Schwierigkeit: leicht
 ■ Portionen: 12

Zutaten
 220 g Kürbisfleisch
 150 g Butter (geschmolzen)
 130 g brauner Zucker
 80 g Rosinen, etwas Rum
 2 Eier, 100 g Sauerrahm
 250 g Mehl, 100 ml Milch
 ½ Packung Backpulver
 Prise Zimt, Prise Salz
 Prise Muskatnuss (gemahlen)

Für das Frosting:
 Etwas Zimt
 150 g Frischkäse
 1 Pkg. Vanillezucker
 120 g Staubzucker

Zubereitung
 1. Den Backofen auf 180°C
 Umluft vorheizen. Für das
 Frosting Frischkäse, Vanil-
 lezucker, Staubzucker und
 eine Prise Zimt in einer
 Rührschüssel mit einem
 Rührgerät vermischen. An-

schließend kaltstellen.
 2. Für die Muffins die Ro-
 sinen mit dem Rum, Zimt
 und etwas Muskatnuss ver-
 mischen. Den Kürbis mit
 einer Reibe in feine Strei-
 fen hobeln. In einer gemein-
 schüssel die Eier gemein-
 sam mit dem Zucker und
 der Butter schaumig rüh-
 ren. Den Sauerrahm und
 die Rosinen-Rum-Gewürz-
 mischung dazugeben. Nach
 und nach das Mehl und das
 Backpulver unterrühren.
 3. In Formen geben und
 für ca. 20-30 Minuten gold-
 braun backen. Die ausge-
 kühlten Muffins mit dem
 Frosting garnieren. Dazu
 kann man entweder das
 Frosting einfach mit einem
 Löffel auf den Muffins ver-
 schmieren oder es in einen
 Dressierbeutel geben und
 auf die Muffins spritzen.

Im Cooking Magazin Nr. 39 / 29. September 2017