

KOCHEN & BACKEN

Lisa

6 | November /
Dezember 2026

kochen & backen

EINFACHE REZEPTE, DIE ALLE BEGEISTERN

Deutschland 3,50 € | Österreich 3,90 € | Schweiz 6,70 SFR | Benelux 4,20 € | Frankreich 4,70 € | Italien 4,70 €
Slowenien 4,70 € | Griechenland 4,90 € | Spanien 4,70 € | Ungarn 2.490 HUF



**ADVENTS-
PLÄTZCHEN**
Zugreifen! Von
Kirsch-Makronen
bis Likör-Kipferl

**WEIHNACHTS-
TRAUM**
Festbraten mit
Kartoffel-Rosen



Extra ZUM RAUSNEHMEN
16 SEITEN SPAR-REZEPTE

**PREISWERTE
GERICHTE,**
die schmecken und
glücklich machen



Menüs, Raclette, Süßes FESTESSEN



JETZT IST KÜRBISZEIT
Lasagne und weitere Saison-Hits



COCKTAIL-KUCHEN
Besonderes für jeden Anlass



Aperol-
Spritz-
Torte



**Clima
Clic.**
Die Klimalotterie.

Gewinnen war noch nie so gut fürs Klima.

Bis zu 2.000.000 € gewinnen &
gleichzeitig das Klima schützen.



Gewinne bis zu
2.000.000 €
wöchentlich



Unterstütze
1 von 50
Klimaschutzprojekten



**Hol dir jetzt dein
Clima-Los online!**

www.climaclic.de/lisakochen

Jedes Los unterstützt eine
Klimaschutzorganisation deiner Wahl:



Kochvergnügen

6 Nudelglück Pasta aus einem Topf – einfach genial!

12 Titelthema Weihnachtsmenüs Veggie, Fleisch, Fisch – festlicher Genuss für alle

20 Saison-Gemüse Von Lasagne bis Püree: 6 raffinierte Gerichte rund um Kürbis

28 Kochen am Tisch Geselliger Genuss mit Raclette

80 Starköchin Cornelia Poletto verbindet Hamburger Küche mit südländischer Kochkunst

Unterwegs

54 Dresden Adventszauber in der sächsischen Landeshauptstadt



28
Raclette-
Variationen

Backspaß & Desserts

58 Adventsbäckerei Vorhang auf für unsere Plätzchen-Stars

68 Kuchen mit Schwips Aperol, Hugo & Co. mal anders

74 Backen mit Liebe Raffinierte Kuchen-Hits für jede Gelegenheit

78 Schritt für Schritt Feine Scones für den Afternoon Tea

Aktuelles

4 Panorama Trends und Infos aus der Genusswelt

34 Küchenpraxis Tipps und Tricks, z. B. so gelingt Forelle Müllerin

67 Haushalt Kreative Geschenk-Ideen für die Küche

52 Gesund leben Wie Gewürze und die richtige Ernährung von innen wärmen

16 Seiten Extra

35 Preiswert kochen Gerichte für weniger als 4 Euro pro Portion

Außerdem

81 Impressum

82 Rätsel und Register

83 Vorschau Das erwartet Sie in der nächsten Ausgabe



LIEBE LESERIN,
LIEBER LESER!

Willkommen!

Ich gebe es zu: Für mich beginnt der Advent in der Küche meist mit dem Backen von Plätzchen – neue Ideen dafür finden Sie ab Seite 58. Später gibt es viele Gelegenheiten, die besondere Zeit gemeinsam zu genießen: etwa bei einem Adventskaffee mit der besten Freundin und einer Zitronen-Baiserrolle (ab Seite 74), bei den Vorbereitungen für das Familien-Weihnachtsessen (ab Seite 12) oder bei einem spontanen Raclette-Abend (ab Seite 28).

Auch für die schnelle Küche haben wir etwas vorbereitet: One-Pot-Pasta (ab Seite 6) – fix gemacht mit wenig Kochgeschirr.

Zeit zum Entspannen finde ich dann bei der wundervollen Reise-reportage, die uns nach Dresden führt (ab S. 54).

Ich wünsche Ihnen eine genussvolle und gemütliche Advents- und Weihnachtszeit und ganz viel Freude beim Nachbacken und Nachkochen kochen.

Herzlichst

Elke Westphal

Elke Westphal,
Redakteurin

76

Schokokuss-
Torte



54 Dresden lockt mit Stollen und Striezelmarkt



6

Tortellini-
Topf mit
Spinat



ALLES MARMELADE ODER WAS?



Seit Juni gelten neue EU-Regeln für Konfitüren. Bislang durfte die Bezeichnung **Marmelade** offiziell nur für Aufstriche aus Zitrusfrüchten verwendet werden, auch wenn im Alltag

meist von Marmelade gesprochen wurde. Künftig dürfen die Hersteller endlich auch Fruchtaufstriche aus anderen Früchten als Marmelade bezeichnen.

SPRUCH DES MONATS

„Es gibt kein Problem, das eine heiße Tasse Tee nicht wenigstens ein bisschen besser macht.“

Aus England

Wenn es nach Vanille & Zimt duftet...

Bald ist es wieder so weit: Wenn die Tage kürzer werden und der Advent näher rückt, beginnt in vielen Küchen die schönste Backzeit des Jahres. Dann werden Mehl, Zucker, Gewürze und Backhelfer hervorgeholt, Teige geknetet, ausgerollt, ausgestochen und verziert. Besonders schön ist es, wenn Jung und Alt gemeinsam backen. Ob klassisch, fruchtig, schokoladig oder fein gewürzt: Jetzt ist der richtige Moment, die ersten Bleche in den Ofen zu schieben. Neue Rezepte für feine Plätzchen finden Sie ab Seite 58.



Flammkuchenbrezeln

6 Stück: **6 TK-Laugenbrezeln zum Aufbacken** auf einem Blech mit Backpapier 10 Min. antauen lassen. Ofen auf 200 Grad (Umluft 180) vorheizen. **150 g Crème fraîche** (z. B. von Dr. Oetker) mit 2 Eiern verrühren, **125 g Zwiebelwürfel**, **75 g Schinkenwürfel**, **100 g gerieb. Emmentaler**, **Pfeffer** unterrühren. Mischung in die „Löcher“ der Brezeln füllen. 16–17 Min. backen. Zum Servieren Brezeln mit **Schnittlauchröllchen** bestreuen.

SONDERBRIEFMARKE FÜR AENNE BURDA

Ihr Lebenswerk bleibt unvergessen:

Mit ihren Schnittmustern machte Aenne Burda (1909–2005) ab den 1950er-Jahren Mode für Frauen weltweit zugänglich. Nun ehrt die Deutsche Post die legendäre Verlegerin mit einer 95-Cent-Sonderbriefmarke. 1,5 Millionen Exemplare sind erhältlich. Die Randperforation erinnert an ein Schnittmuster. Mit dem Magazin „Burda Moden“, heute „burda style“, machte es Aenne Burda möglich, modische Kleidung selbst zu nähen. Bis heute sind ihre Schnittmuster begehrt. Auch unsere Zeitschrift „Lisa kochen & backen“ erscheint bei Burda Media.





JEDER ZWEITE ISST REGELMÄSSIG WILD

Fleisch heimischer Wildtiere ist in Deutschland begehrt: 50 Prozent der Menschen essen es mindestens einmal im Jahr, die Hälfte davon bereitet es selbst zu.* In ländlichen Regionen liegen die Werte höher: Dort essen 63 Prozent regelmäßig Wild, 34 Prozent kochen es selbst. In der Jagdsaison 2023/24 wurden in Deutschland insgesamt rund 27.000 Tonnen Wildschwein, Hirsch und Reh verzehrt – umgerechnet etwa 270 Millionen Wildwürste.

Favorit war Wildschwein mit über 13.000 Tonnen.

*Quelle: Repräsentative Civey-Umfrage im Auftrag des Deutschen Jagdverbandes



MAGAZIN-TIPP DER REDAKTION



Airfryer-Hits!

Sie haben eine Heißluft-fritteuse? Dann empfehlen wir Ihnen unsere neueste Ausgabe von **AIRFRYER**. Es erwarten Sie 79 Rezepte für den Mini-Ofen. Ideen für Brot, Kürbis, Eiweißgerichte, Plätzchen – hier wird jeder fündig! Für nur 3,99 €, im Zeitschriftenhandel.



TREND BUTTER-BOARDS

Ob zum Brunch, Aperitif oder den Abend mit Gästen: Beim Butter-Board, einem Social-Media-Hit, der immer wieder auftaucht, wird weiche Butter auf einem großen Brett oder Teller ausgestrichen und mit Toppings wie Gemüse, Oliven,

Feigen, Honig, Nüssen und Gewürzen belegt. Dazu gibt es Brot zum Bestreichen. Statt Butter sind auch Varianten mit Frischkäse, Ziegenfrischkäse oder Hummus möglich. Extra hübsch sieht es aus, wenn das Board noch mit essbaren Blüten oder frischen Kräutern bestreut wird.

Flüssiges Gold: Kürbiskernöl



Wer bei Kürbis nur an Suppe oder Deko denkt, kennt den **Ölkürbis** vielleicht noch nicht. In der Steiermark wird er eigens für die Gewinnung von Kürbiskernöl angebaut. Verarbeitet werden nur seine Kerne, die gewaschen, getrocknet und schonend geröstet werden – zu hohe Temperaturen würden die Qualität des Öls beeinträchtigen. Aus 2,5 kg Kernen wird 1 Liter dunkelgrünes, hocharomatisches Kürbiskernöl gepresst. Der Presskuchen wird weiterverwendet, etwa als Backzutat oder Tierfutter. Bezug z. B. online auf kuerbischhof-koller.at

SO GEHT KOCHEN HEUTE ONE-POT-PASTA

Wie genial! Hier garen Nudeln mit Gemüse, Fisch oder Fleisch in einem Topf. Das spart viel Zeit beim Kochen und der Abwasch wird zum Kinderspiel

TIPP

Getrocknete Tomaten in Öl: Lassen sich gut auf Vorrat kaufen und geben Pasta-Gerichten fix ohne viel Aufwand fruchtiges Aroma.



Tortellini-Topf mit Spinat

Schmeckt dank Käsesauce auch Kindern

Für 4 Portionen

- 400 g Blattspinat (ersatzweise 300 g tiefgekühlter Spinat) • 100 g getrocknete Tomaten in Öl
- 1 Zwiebel • 2 Knoblauchzehen nach Belieben
- Salz • Pfeffer • 100 g Schmelzkäse
- 400 ml Gemüsebrühe • 100 g Schlagsahne
- 500 g Tortellini mit Käse- oder Gemüsefüllung (im Kühlregal) • 1 Bund Petersilie
- 50 g Walnussskerne • 1 Prise Muskatnuss
- fein abgeriebene Bio-Zitronenschale

Zubereitung: 30 Minuten

- 1.** Spinat waschen, putzen, in Streifen schneiden. Tiefgekühlten Spinat auftauen lassen. Tomaten abtropfen lassen, Öl auffangen, beiseitestellen. Die Tomaten in Streifen schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein würfeln bzw. hacken.
- 2.** In einem großen weiten Topf 1–2 EL vom Tomatenöl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Tomatenstreifen darin andünsten. Spinat dazugeben, salzen und pfeffern. Schmelzkäse mit Brühe und Sahne

einrühren, aufkochen lassen. Tortellini dazugeben und nach Packungsangabe ca. 5 Minuten köcheln lassen. Ab und zu umrühren. Evtl. etwas Brühe hinzufügen.

- 3.** Petersilie fein hacken. Die Walnüsse grob hacken. Die Tortellini mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronenschale abschmecken, 2 Minuten ruhen lassen. Mit Petersilie und Nüssen bestreut servieren.

Dazu passt: Blattsalat

Pro Portion: 780 kcal, 42 g F, 72 g KH, 21 g E



Pasta-Auflauf „One Pot“

Mit feiner Käse-Cornflakes-Kruste

Für 4 Portionen

- 100 g gekochter Schinken in Scheiben
- ½ Bund Lauchzwiebel • 1 Zucchini
- 1 Möhre • 200 g Rosenkohl
- 2–3 EL Butter • 150 g TK-Erbsen
- 500 g kurze Nudeln (z. B. gedrehte kurze Nudeln) • 1,2 l heiße Fleischbrühe
- 200 g Schlagsahne • Salz • Pfeffer
- 5 EL Röstzwiebeln • 150 g Cornflakes
- 60 g ger. Pecorino oder Parmesan

Zubereitung: 40 Minuten

1. Schinken in Würfel schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Röllchen schneiden. Die Zucchini waschen, putzen, längs vierteln, in Scheiben schneiden. Möhre schälen und in Scheiben schneiden. Rosenkohl waschen, putzen und halbieren.

2. 1 EL Butter in einem großen, weiten, ofenfesten Topf erhitzen. Lauchzwiebeln, Rosenkohl und Möhren darin andünsten. Erbsen

und Nudeln zugeben. Mit heißer Brühe und Sahne aufgießen. Aufkochen und unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten nach Packungsangabe der Nudeln kochen, dabei den One-Pot ab und zu umrühren. Evtl. etwas Brühe oder Wasser angießen. Backofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen.

3. 5 Minuten vor Garzeitende die Zucchini und Schinken einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Röstzwiebeln und Cornflakes grob zerbröseln, mit übriger Butter (1–2 EL) in Flöckchen und dem Käse auf die Nudeln streuen. Im Backofen im unteren Drittel ca. 10 Minuten überbacken. Herausnehmen, 5 Minuten ruhen lassen, dann servieren.

Pro Portion: 890 kcal, 35 g F, 105 g KH, 33 g E



One-Pan-Lasagne

Wird schnell im Ofen überbacken

Für 4 Portionen

Für 1 ofenfeste Pfanne, Ø 30 cm

- 1 Hähnchenbrustfilet (ca. 160 g)
- 2 Zwiebeln • 500 g bunte Spitzpaprika
- 1 EL Öl • 400 g stückige Tomaten
- 600 ml Fleischbrühe • 2 EL Apfelessig
- 1 EL Honig • Salz • Pfeffer • Paprikapulver • 200 g Lasagneblätter (o. Vorkochen) • 150 g Mini-Mozzarellakugeln
- 60 g geriebener Käse • Petersilie

Zubereitung: 30 Minuten

1. Hähnchen trocken tupfen, in feine Streifen schneiden. Zwiebeln abziehen, in Spalten schneiden. Paprika halbieren, entkernen, waschen, 1–2 cm groß würfeln.

2. Hähnchen in der ofenfesten Pfanne im heißen Öl 2–3 Minuten

rundum anbraten. Zwiebelspalten dazugeben und 2 Minuten mit anbraten. Paprikawürfel zugeben, kurz mit anrösten. Tomaten und Brühe zugeben, aufkochen. Mit Essig, Honig, Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen.

3. Lasagneblätter grob zerbrechen, in die Sauce rühren. Alles zugedeckt 10 Minuten kochen.

4. Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen. Mozzarella abtropfen lassen, mit dem ger. Käse auf der Lasagne verteilen. Im Ofen ca. 10 Minuten überbacken. Mit Petersilie bestreuen.

Pro Portion: 505 kcal, 53 g F, 31 g KH, 17 g E

Rezeptaufwand: ★ geht leicht ★★ für Geübte ★★★ anspruchsvoll

Tomaten-Penne mit Hackbällchen

Ein Topf mit allem, was glücklich macht

Für 4 Portionen

- 1 Scheibe Toastbrot • 2 Zwiebeln
- 300 g gemischtes Hackfleisch • 1 Ei
- Salz • Pfeffer • Paprikapulver
- 1 Zwiebel • 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Olivenöl • 400 ml passierte Tomaten • 600 ml Gemüsebrühe
- Zucker • 1 EL Balsamicoessig
- 300 g kurze Nudeln (z. B. Penne rigate)
- 125 g Mozzarella • 1 Bund Petersilie

Zubereitung: 40 Minuten

1. Für die Bällchen Toastbrot in warmem Wasser einweichen.
2. 1 Zwiebel abziehen, sehr fein würfeln. Brot ausdrücken, mit Zwiebel, Hack und Ei verkneten. Masse mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver kräftig würzen, daraus walnussgroße Bällchen formen.
3. Für die Sauce übrige Zwiebel und Knoblauch abziehen, fein

würfeln bzw. hacken. In einem großen weiten Topf das Öl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Hackbällchen darin anbraten. Die Bällchen dabei ab und zu wenden.

4. Tomaten und Brühe angießen, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen. Rohe Nudeln einrühren. Alles aufkochen und unter gelegentlichem vorsichtigem Rühren (damit die Hackbällchen nicht zerfallen) bei mittlerer Hitze 11 Minuten garen. Mix vom Herd nehmen, ca. 5 Minuten ziehen lassen.

5. Mozzarella abtropfen lassen, würfeln. Petersilie abrausen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, fein hacken. Nudeltopf abschmecken, zum Servieren mit Mozzarella, Petersilie bestreuen.

Pro Portion: 715 kcal, 32 g F, 68 g KH, 35 g E

Sizilianische Fisch-Fusilli

Die kommt auch bei Gästen gut an

Für 4 Portionen

- ½ Bund Lauchzwiebeln
- 2 rote Paprikaschoten
- 1 kleine Fenchelknolle (ca. 200 g)
- 400 g Fischfilets (z. B. Kabeljau)
- 2 EL Olivenöl • Salz • Pfeffer
- 500 g kurze Nudeln (z. B. Fusilli)
- 2 EL Paprikamark (oder mildes Ajvar)
- 400 g stückige Tomaten
- 1 l Gemüsebrühe • Paprikapulver
- 150 g Ricotta (ital. Frischkäse)

Zubereitung: 30 Minuten

1. Lauchzwiebeln waschen, putzen, in Ringe schneiden. Paprika halbieren, entkernen, waschen, in dünne Streifen schneiden. Fenchelgrün abschneiden, beiseitelegen. Fenchel waschen, putzen, vierteln, in dünne Streifen schneiden. Fisch abrausen, trocken tupfen und 2 cm groß würfeln.
2. Lauchzwiebeln bis auf 2 EL für die Garnitur, Paprika und Fenchel in einem großen weiten Topf im

heißen Öl kurz anrösten. Salzen und pfeffern. Nudeln, Paprikamark, Tomaten und Brühe einrühren, aufkochen. Die Pasta nach Packungsangabe unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen. Evtl. noch Brühe angießen. Die letzten 5 Minuten Fischwürfel vorsichtig unterheben und mitgaren lassen, dabei nicht zu stark umrühren.

3. Pasta mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver abschmecken. Auf Teller verteilen. Fenchelgrün zerzupfen, mit übrigen Lauchzwiebelringen (2 EL) und Ricotta in Flöckchen auf den Nudeln verteilen.

Pro Portion: 680 kcal, 14 g F, 100 g KH, 38 g E

TIPP: Der passende Fisch Am besten ein festes Fischfilet wählen, das beim Kochen nicht so stark zerfällt. Gut geeignet sind Kabeljau, Seelachs oder Lachs.



Asia-Nudeln mit Pilzen Exotischer Topfschlager



Für 4 Portionen

- 1 Bund Lauchzwiebel • 1 rote Chilischoote • 1 walnussgroßes Stück Ingwer
- 300 g Champignons • 1 Glas Bambussprossen in Streifen (Abtropfg. 175 g)
- 2 EL geröstetes Sesamöl
- Salz • Pfeffer
- 300 g lange Mie-Nudeln
- 800 ml Gemüsebrühe
- 50 g Erdnussskerne • 1 Bund Koriander

Zubereitung: 30 Minuten

- 1.** Lauchzwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Chili halbieren, entkernen, waschen, fein hacken.

Ingwer schälen und fein reiben. Die Pilze putzen und halbieren. Bambusschösslinge in einem Sieb abtropfen lassen.

2. Das Öl in einem großen weiten Topf erhitzen. Die Pilze mit Lauchzwiebeln, Hälfte Chili, Ingwer darin unter Rühren andünsten. Mit Salz, Pfeffer würzen. Bambusschösslinge, Nudeln und Brühe zugeben. Alles aufkochen und bei kleiner Hitze 5 Minuten köcheln lassen.

3. Die Erdnussskerne grob hacken. Kräuter abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken.

4. Den Nudeltopf mit Salz, Pfeffer sowie übriger Chili abschmecken. Die Asia-Nudeln mit Kräutern und Nüssen bestreut heiß servieren.

**Pro Portion: 440 kcal,
16 g F, 54 g KH, 17 g E**

INFO

Bambussprossen sind ein spargelartiges Gemüse aus Indien und China. Sie enthalten kaum Fett und wenig Kalorien. Im Asiaregal.

Spätzle-Topf Klassiker mit cremiger Sauce

Für 4 Portionen

- 2 Zwiebeln • 100 g Frühstücksspeck (Bacon)
- 400 g Schweinefilet • 1 Bund Schnittlauch
- 300 g Champignons • 2 EL Öl
- Salz • Pfeffer • 300 g TK-Erbesen
- 300 ml Gemüsebrühe • 200 g Schlagsahne
- 500 g Spätzle (Kühltheke) • 50 g geriebener Bergkäse • 50 g Röstzwiebeln (Fertigprodukt)

Zubereitung: 30 Minuten

1. Zwiebeln abziehen und fein hacken. Speck in Streifen schneiden. Filet trocken tupfen, in dünne Scheiben schneiden. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Champignons putzen und in Scheiben schneiden.

2. Speck und Zwiebeln in einem großen Topf im heißen Öl anbraten. Das Fleisch dazugeben, 3–4 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Champignons und Erbsen mit in den Topf geben und alles weitere 2 Minuten braten. Mit der Brühe ablöschen, Sahne

einrühren. Mix aufkochen und 2 Minuten köcheln lassen.

4. Spätzle dazugeben und alles weitere 3–4 Minuten köcheln lassen. Käse einrühren. Spätzle-Topf mit Schnittlauchröllchen und Röstzwiebeln bestreuen, servieren.

Dazu passt: Blattsalat

Pro Portion: 750 kcal,
38 g F, 54 g KH, 48 g E

TIPP

Röstzwiebeln übrig? Mit ihnen lassen sich viele Gerichte verfeinern, zum Beispiel Kartoffelpüree, Suppen, Pfannengerichte.