

# BARBARA

KEIN NORMALES FRAUENMAGAZIN

*No* 38

AUG./SEPT. 2019 | 4,50 EURO

Österreich 5,00 €, Schweiz 7,20 SFR

Benelux 5,40 €, Spanien 5,90 €

Italien 5,90 €, Griechenland 6,30 €

**Ohne mich**  
Sieben, die Nein sagen

**Flaute im Bett?**  
Willkommen im Klub

**Ab ins Körbchen**  
Busengeschichten

*ohne*  
Zeitdruck und  
Zeigefinger

CHNELL SCHNELL SCHNELL

**BARBARA**  
PRÄSENTIERT

RATZ  
FATZ  
SCHMATZ

Hau  
rein

**20**

**Küchen-Quickies**

MAXIMAL 30 MINUTEN  
KOCHEN – UND DANN  
AB NACH DRAUSSEN!

LEI  
TRI  
MIC  
KA  
KIS



# ICH MUSS GAR NICHTS!

Immer nett sein war gestern.  
run Sie doch öfter mal, was Sie wirklich wollen, und genießen Sie den Sommer

Nur noch Käse da –  
perfekt!


## Zutaten

- 200 g Kirschtomaten pro Person**
- 2 Frühlingszwiebeln**
- 3–4 Kapernäpfel pro Person**
- 1–2 Stängel Basilikum**
- 5–6 Scheiben Aufschnittkäse pro Person**
- 2–3 EL Weißweinessig**
- 4–6 EL Olivenöl**
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle**

**1.** Kirschtomaten waschen und halbieren, die Frühlingszwiebeln schräg in feine Scheiben schneiden. Die Kapernäpfel halbieren, Basilikum zupfen.

**2.** Käse locker auf Teller verteilen, mit den Frühlingszwiebeln bestreuen, Tomaten und Kapernäpfel darauf verteilen. Alles mit Weißweinessig und Olivenöl besprenkeln. Pfeffer und mit Basilikum bestreut servieren.

**TIPP:** Dazu passt Baguette oder Ciabatta-Brot.

 **Zubereitungszeit:**  
**10 Minuten**



## Ja hallo, du süßes Leben!

*Die Freundinnen haben sich spontan zum Mädelsabend angemeldet? Jetzt heißt es: Immer schön locker bleiben und bloß nicht stressen. Ist gar nicht nötig*

**D**as neue Motto in Sachen Gastlichkeit heißt: kein Vorbereitungsstress, mehr Dolce Vita. Schließlich geht es darum, sich zu sehen, zusammen zu sein und einen netten Abend miteinander zu verbringen. Und mal ehrlich, wer will seine Mädels schon mit Schnappatmung und roten Flecken im Gesicht begrüßen? Außerdem kann man auch ohne großen Aufwand ordentlich Eindruck schinden. Warum also nicht einfach zwei, drei edle Tropfen, ein bisschen Brot, Käse und Mineralwasser besorgen und den Hübschen auf-tischen? Mehr braucht es nicht für einen netten Abend. Wirklich nicht! Niemand verlangt ein aufwendiges Dinner oder irgendwelchen Schnickschnack.

Die Italiener wissen das schon lange – sie beherrschen die Kunst, das Leben zu genießen, und wissen,

dass Gastfreundschaft etwas anderes bedeutet als ein durchgetaktetes Fünf-Gänge-Menü mit allem Firlefanz.

Wichtig ist nur, dass nicht nur die Mischung der Gäste stimmt, sondern auch die der kulinarischen Zutaten.

Warum? Mineralwasser kann zum Beispiel so eine Art Aroma-Booster für Wein sein. Vanessa Boor, Wassersommelière S.Pellegrino & Acqua Panna: „Mit einem Mineralwasser wie S.Pellegrino liegt man genau richtig, weil es keinen zu starken Eigengeschmack hat. Es ist ideal, um die feinen Aromen von fruchtigem Rot- oder säurearmem Weißwein dezent zu unterstützen. Und zu tanninhaltenen Rot- und säurebetonten Weißweinen passt das stille Acqua Panna besser.“ So, da haben wir doch glatt wieder was gelernt. Und jetzt aber Prost!



*Vanessa Boor, Wassersommelière S.Pellegrino & Acqua Panna: „Das richtige Mineralwasser kann den Geschmack des Weins unterstützen, indem es einzelne Aromen noch mehr hervorhebt.“*





## Das braucht's außerdem:

200 g zimmerwarmes Eiweiß (ca. 5 Eier, Größe L), Salz

1. Himbeeren mit 75 g Zucker im Topf zerdrücken, aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb streichen. Kalt stellen. Ofen vorheizen (160 Grad Ober-/Unterhitze).
2. Eiweiß mit einer Prise Salz zu lockerem Schnee schlagen. 300 g Zucker unter Rühren portionsweise dazugeben. Weitere 5 Minuten schlagen, bis die Masse dick und glänzend ist.
3. Die Masse mit zwei Esslöffeln häufchenweise auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen. Je 1 TL Himbeerpüree daraufgeben, spiralförmig unterziehen. Ofentemperatur auf 130 Grad runterdrehen und auf der mittleren Schiene 50 bis 60 Minuten backen.

## BEERIGE BAIERS

Und plötzlich werden Sie fürs Häufchenmachen gelobt. Klar, wenn diese Zuckerbomben mit Himbeerswirl dabei rauskommen



100 g Himbeeren



375 g feiner Zucker



Zeit zum Durchdrehen



1 Handrührgerät

### Zeitaufwand

45 MINUTEN  
(plus Backzeit)

WOW-EFFEKT

