

# WEIHNACHTEN MIT KARIN KNORR I

## ZIMTKÜGELCHEN

geschrieben von Karin Knorr | 19. Dezember 2017



Und jetzt sind wir schon beim 4. Rezept angelangt. Das sind die Zimtkügelchen. Ich mag Zimt sehr, das ganze Jahr über würze ich meine Speisen mit Zimt. Denn Zimt hat so viel Positives: \*Zimt ist entzündungshemmend \*Zimt wärmt \*Zimt riecht gut \*Zimt passt sowohl gut in süße als auch in herzhaftere Speisen \*Zimt verzaubert. Ja ich komme ein wenig ins Schwärmen. Fangen wir doch einfach an:

### **#5ünf Zutaten:**

- 200 g gemahlene Mandeln
- 100 g Kokosflocken
- 100 g Honig
- 3 Eiweiß
- 2 EL Zimt

### **Zubereitung:**

Den Backofen auf 150 Grad vorheizen. Die 3 Eiweiß mit dem Honig verrühren und mit dem Schneebesen steif schlagen. Drei Esslöffel Eischnee beiseite stellen. Nun die anderen Zutaten mit einem Löffel nach und nach unterheben. Mit einem Löffel Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech verteilen. Jedes Häufchen bekommt eine kleine Haube Eischnee. Wer mag kann noch eine Mandel darauf legen. Ab in den Ofen und zirka 12-15 Minuten backen. Dazu gibt es wieder ein Video auf YouTube.

**Tipp:** Wer keine Kokosflocken mag, kann gern 300 g Mandeln verwenden. Statt Honig könnt ihr auch Kokosblütenzucker nehmen. Oder ihr probiert alles durch und habt drei verschiedene Zimtkügelchen.

Weitere Rezepte für Weihnachtsplätzchen findet ihr unter der Rubrik „Gebäck“

Viel Spaß beim Nachbacken. Ich freue mich über euer Feedback

Alles Liebe

eure Karin Knorr

---

# WEIHNACHTEN MIT KARIN KNORR I FESTLICHES ROTKRAUT

geschrieben von Karin Knorr | 19. Dezember 2017



Rotkohl passt gut zu Braten und schmeckt am besten, wenn es selbst gemacht wird. Es ist ganz einfach zuzubereiten und kann schon in größeren Mengen vorgekocht werden. Der größte Aufwand ist es, das Kraut zu schneiden. Wer eine Küchenmaschine hat, kann diese verwenden. Und schon geht es los. Ihr benötigt folgende Zutaten:

2 – 3 Äpfel (geschält und klein geschnitten)  
500 g Rotkohl (fein geschnitten)  
2 kleine Zwiebel  
1 EL Butter (alternativ Schmalz)  
1 Prise Zucker  
1 Lorbeerblatt, Nelken, Piment  
1/2-1 TL Salz  
3 EL Essig  
100 ml Glühwein (alternativ Apfelsaft)  
150 ml Gemüsebrühe  
100 g Preiselbeeren  
2 TL Zimt

## **Zubereitung**

Zwiebeln in Butter andünsten. Rotkohl hinzufügen, unter Rühren weiter dünsten. Mit der Flüssigkeit ablöschen, die Gewürze und den Essig hinzugeben. Circa 45 Minuten vor sich hin köcheln lassen. Die Äpfel und Preiselbeeren hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und servieren. Am besten schmeckt das Rotkraut, wenn es aufgewärmt wird.

**Tipp:** Man kann hier gern seine eigenen Ideen einbringen. Zum Beispiel Glühwein und Zimt weglassen, dafür mit Rotwein ablöschen. Ebenso ist es mit den Preiselbeeren. Man kann diese weglassen und dafür mehr Apfel verwenden. Meine Mama bereitet den Rotkohl nur mit Salz, Essig, einer Prise Zucker und ausgelassenen Speck zu. Das schmeckt auch sehr lecker.

Ich wünsche viel Freude beim Nachkochen.

Eure Karin Knorr