Sweets for my sweet, Bambu for my honey

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **56 (1999)**

Heft 9: **Nicht die Bohne schädlich? : Neues über Koffein**

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-558180

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Sweets for my sweet, Bambu for my honey

Als gesunde Alternative für alle, die kein Koffein oder (wegen der Reizstoffe, die beim Rösten entstehen) keinen Kaffee vertragen bzw. nicht trinken sollen oder wollen, steht ein aromatischer Kaffee-Ersatz zur Verfügung. Bambu von A. Vogel gibt es als Filterkaffee oder als sofortlösliche Variante (Instant). Bambu ist eine Komposition aus Zichorien, Feigen, Eicheln, Weizen und gemälzter Gerste (alles aus kontrolliert biologischem Anbau). Sweets for my sweet (Süssigkeiten für meinen süssen Schatz), den musikalisch-kulinarischen Ohrwurm aus den USA, präsentieren wir Ihnen, mangels Tonträger, rein kulinarisch, jedoch inklusive Kaffeearoma. Übrigens: Auch Kinder mögen Bambu-Getränke und Süssigkeiten mit Bambu ausgesprochen gern.

Alle Rezepte sind für vier Personen berechnet.

Für Verwöhnte

Bambu-Creme

3 Eigelb mit 50 g Rohrohrzucker schaumig rühren. 2 EL Bambu Instant dazurühren. 40 g Kochschokolade in einen Teller legen, kochendes Wasser darübergiessen. Sobald die Spitze eines Messers beim Durchstechen der Schokolade keinen Widerstand mehr hat, das Wasser abgiessen und die weiche Schokolade sofort unter die Eimasse mischen. 1 Päckchen Agar-Agar nach Vorschrift auflösen und ebenfalls untermischen. Sobald die Masse anfängt, fest zu werden, 2,5 dl steifgeschlagene Sahne unterziehen. Die Creme im Kühlschrank fest werden lassen. Mit dem Löffel Portionen abstechen und auf Tellern anrichten. Nach Geschmack etwas Kakaopulver über die Creme stäuben.

Für Heissblütige

Bambu-Eis

100 g Rohrohrzucker mit wenig Wasser aufkochen, bis der meiste Zucker gelöst ist. Abkühlen lassen. 3 Eier mit 2 gehäuften EL Bambu Instant schaumig rühren. 2 dl (200 ml) Rahm steif schlagen und unterrühren. Masse in eine Plastikschale füllen und etwa fünf Stunden im Tiefkühlfach gefrieren lassen. Während der ersten Stunde zwei- bis dreimal durchrühren.

Für Unterkühlte

Bambu-Melange

7 dl (700 ml) Milch erhitzen und 6 TL Bambu Instant einrühren, nach Geschmack mit Rohrohrzucker süssen. Zum Schluss 1 bis 2 EL Schlagsahne oben draufgeben.

Für Feinschmecker

Eiskaffee

400 g Bambu-Eis oder Vanilleglace etwas weich werden lassen. 2 EL Bambu Instant in etwas heissem Wasser auflösen und zum Glace geben. Mit dem Schwingbesen gut durchrühren und in vier hohe Gläser verteilen. Schlagsahne als Haube darauf setzen und mit einer Schokoladen-Mokkabohne dekorieren.

Für urlaubshungrige

Südseebrot

300 g Vollkornmehl (Weizen oder Dinkel), 1 TL Meersalz, 50 g kleingehackte Walnusskerne, 1 Päckchen Backpulver, 200 g feingeschnittene Datteln und 100 g Rohrohrzucker vermischen. 1 Tasse Bambu Instant (aus 4 EL Bambu), 1 verrührtes Ei und 20 g zerlassene Butter zugeben und solange rühren, bis eine glänzende, nicht zu feuchte Teigmasse entsteht. In eine gefettete Brot- oder Kastenform füllen. 20 Minuten kühl stellen, dann im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad ca. 1 Stunde backen. Ist das Brot abgekühlt, Puderzucker darüber sieben.

Für Leckermäulchen

Nuss-Kekse

1 EL Bambu Instant in eine Schüssel geben, 1 bis 2 EL heisses Wasser dazugiessen und rühren, bis der Bambu aufgelöst ist. 200 g gemahlene Baumnüsse und 150 g Puderzucker oder Rohrohrzucker dazugeben. Alles gut durchmischen. Masse 1 cm dick auf Puderzucker auswallen, kleine, runde Plätzchen ausstechen, auf ein Blech mit Backpapier legen und im vorgeheizten Backofen etwa 10 Minuten bei 180 Grad backen.

Für Durstige

Milch-Shake

8 dl (800 ml) Milch, 4 EL Bambu Instant und 2 EL Rohrohrzucker mit dem Schwingbesen oder dem Mixer gut mischen, kühl servieren.

Für Extravagante

Griessköpfli

6 dl (600 ml) Milch in einen Topf geben, 2 bis 2 ½ EL Honig, 30 g Rosinen, 30 g grob gehackte Walnüsse, das Mark einer Vanilleschote und 2 schwach gehäufte EL Bambu Instant dazugeben. Alles zusammen unter Rühren aufkochen. 80 bis 100 g Vollweizengriess einrühren, auf kleiner Flamme kochen und weiterrühren, bis ein dicklicher Brei entsteht. In kalt ausgespülte Formen füllen und kühl stellen. Auf Teller stürzen. Mit etwas Schlagrahm verzieren.
Variante: Die Griessköpfli mit Zwetschgenkompott oder Vanillesauce reichen.

Für Wissbegierige

Weitere Rezepte

Die Bambu-Broschüre bestellen Sie bei
Verlag A. Vogel
in D: Postfach 55, 78441 Konstanz
Bitte DM 3.– in Briefmarken für das Porto beilegen.
in CH: Postfach 63, 9053 Teufen
Bitte Fr. 0.70 in Briefmarken beilegen.