

... satt

Das Lagerkochbuch

Heute koch ich, morgen grill, ich und übermorgen back ich Pizza im Erdofen!

Auf den folgenden Seiten findet ihr köstliche Gerichte, die sowohl einfach gelingen, als auch lecker schmecken. Sie wurden sorgsam zusammengetragen und auf Lagerfeuertauglichkeit überprüft. Von Hausmannskost bis Exotisch ist alles dabei. Stöbert euch durch die Seiten und entscheidet selbst was ihr mit eurer Patroulle essen wollt, die Wahl liegt bei euch.

Doch entscheidet mit Bedacht, jedes Gericht kann nur einmal ausgewählt werden. Achtet gut auf die Tipps die euch hinterlegt wurden und lasst nichts anbrennen, dann kann köstlichem Lageressen schon nichts mehr im Wege stehen.

Tipp 1: Zuerst ein gutes Feuer entfacht,
beim Kochen euer Herz dann lacht!

Tipp 4: Während des Lagers gilt für Töpfe und
Pfannen: Innen hui – außen pfui!

Tipp 2: Vor dem Kochen und dem Essen
Hände waschen nicht vergessen!

Tipp 5: Das Essen ist fertig, doch ihr seid gescheit,
stellt Wasser aufs Feuer für'n Abwasch bereit!

Tipp 3: Schmierseife erleichtert die Arbeit enorm,
am Ende des Lagers sind die Töpfe in Form!

Tipp 6: Vorm Verzagen Leiter fragen!

Also: Aussa mit die Tepf und los geht's!

Eure Küchenfeen Raffi & Phil



Apfelringe

Zutatenliste (für 4 Personen):

Menge	Zutat
	Palatschinkenteig (siehe Palatschinken)
4	Äpfel
1	Zitrone
	Zimt
	Zucker
	Butterschmalz

Zubereitung:

Palatschinkenteig etwas dicker anrühren.

Äpfel entkernen und in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Mit Zitronensaft marinieren.

Durch den Teig ziehen.

In genügend heißem Butterschmalz goldbraun braten.

Mit Zimt und Zucker bestreuen.

Tipp: Mit einer gesunden Vorspeise kombinieren.

Zum Trinken: Ein kaltes Glas Milch! (extra bestellen)

Burgerstraße

Zutatenliste (für 1 Person):

Menge	Zutat
1-2 Stk.	Faschierte Laiberl (siehe Rezept)
1-2 Stück	Semmerl
	Salat
	Mais
	Tomate
	Gurkerl
1-2 Scheiben	Toastkäse
	Zwiebelringe
	Ketchup
	Mayonnaise

Zubereitung:

Faschierte Laiberl zubereiten.

Semmerl halbieren.

Zutaten waschen und schneiden.

Semmerl am Grill leicht anrösten.

Befüllen – Futtern!



Chili con carne

Zutatenliste (für 6 Personen):

Menge	Zutat
0,5 kg	Faschiertes
1 Dose	Rote Bohnen
1 Dose	Weißer Bohnen
1 Dose	Mais
2	Zwiebeln
1 Dose	Tomaten
1 EL	Tomatenmark
	Salz
	Pfeffer
1 EL	Paprikapulver
	Cayennepfeffer
	Wasser
2 Zehen	Knoblauch
6	Semmel



Zubereitung:

Zwiebel fein schneiden.

Öl erhitzen, Zwiebel und Faschiertes gut anrösten.

Tomatenmark dazu geben und ebenfalls kurz anrösten. (Kurz, sonst wird es bitter!)

Mit etwas Wasser ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver und Knoblauch würzen.

Abgespülte Bohnen dazu geben.

10 Minuten köcheln, öfter umrühren.

Kleingeschnittene Tomaten und abgetropften Mais dazu geben. Nochmal 10 Minuten unter Rühren köcheln.

Mit Cayennepfeffer abschmecken. (Vorsicht scharf!)

Tipp: Würzt eher mild, nachwürzen soll sich jeder selber auf seinem Teller!

Curry mit Banane

Zutatenliste (für 6 Personen):

Menge	Zutat
500g	Putenbrust
1	Zwiebel
3 EL	Currypulver
1 Dose	Tomaten
2 Zehen	Knoblauch
500 g	Joghurt
1	Apfel
2	Bananen
Etwas	Zucker
	Öl zum Anbraten
300 g	Reis

Zubereitung:

Die gehackten Zwiebel glasig dünsten und mit der Hühnerbrust in Öl anbraten. Tomaten, Curry, Knoblauch und den in Würfel geschnittenen Apfel mischen und zum Fleisch geben. Das Joghurt unterrühren und zum Ende mit Zucker abschmecken und die Bananen hineinschneiden.

Reis laut Packung zubereiten.

Eiernudeln oder Spätzle

Zutatenliste (für x Personen):

Menge	Zutat
10 kg	Nudeln oder Spätzle
	Zwiebel
	Eier
	Salz, Pfeffer
	Schnittlauch
	Öl

Zubereitung:

Nudeln bzw. Spätzle kochen und abseihen.

Gehackte Zwiebel anschwitzen. Spätzle bzw. Nudeln dazu und kurz anbraten.

Eier darüber schlagen und braten bis sie gestockt sind.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Schnittlauch darüber streuen.

Tipp: Mit allem was schmeckt verfeinerbar. (Z.B. Mais, Tomaten) Extra bestellen!



Faschierte Laiberl mit Kartoffelpüree

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
1,2 kg	Faschiertes
200 g	Semmelwürfel
1	Zwiebel
2 Zehen	Knoblauch
3	Eier
	Butterschmalz
	Salz, Pfeffer
	Petersilie
1 kg	Mehlige Kartoffeln
Ca. ¼ l	Milch
1 Prise	Muskatnuss
100 g	Butter

Zubereitung:

Laiberl:

Knödelbrot in Wasser einweichen und gut ausdrücken.

Faschiertes mit kleingeschnittenen (eventuell angebratenen) Zwiebeln, Eiern und Knödelbrot gut vermischen.

Mit Salz, Pfeffer, Knoblauch und Petersilie würzen.

Feste Laiberl formen (ca. 15 Laiberl).

In genug Butterschmalz langsam beidseitig braten.

Püree:

Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen.

Wasser abgießen und Kartoffeln stampfen.

Milch darüber gießen bis die Konsistenz passt.

Butterflocken untermischen.

Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.



Tipp: Probelaiberl!

Fischstäbchen mit Sauce Tartare

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
25 Stk	Fischstäbchen
200 g	Mayonnaise
5	Essiggurkerl
	Petersilie
100 g	Joghurt

Zubereitung:

Sauce Tartare:

Mayonnaise mit fein gehackten Gurkerln, Petersilie und Joghurt gut vermischen.

Fischstäbchen braten.

Beilagenempfehlung:

Petersilienkartoffeln

Kartoffelpüree

Oder als **Fischburger**: Fischstäbchen in Semmerl mit Salat und Sauce Tartare.

Extra bestellen!

Gemüselaiberl mit Schnittlauchsauce

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
15	Gemüselaiberl
500 g	Sauerrahm
	Schnittlauch
	Salz, Pfeffer
	Knoblauch
	Öl

Zubereitung:

Schnittlauch hacken und mit Sauerrahm vermischen.

Mit Salz, Pfeffer und Knoblauch abschmecken.

Gemüselaiberl in wenig Öl braten.

Beilagenempfehlung:

Gemischter Salat

Salzkartoffel

Extra bestellen!

Gemüsepfanne mit Couscous

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
2 Stk	Paprika
3 Stk	Tomaten
1 Stk	Zucchini
2 Stk	Karotten
½ Dose	Mais
100 g	Erbsen
1 Stk	Zwiebel
1 kg	Couscous
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Gemüse waschen und schneiden. Achtung: Karotten dünn schneiden!

Alles gemeinsam langsam dünsten.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Couscous laut Packung zubereiten.

Tipp:

Mit etwas Curry wird's exotisch.



Geschnetzeltes

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
10 kg	Putenbrust
	Zwiebel
	Paprika
	Champignons
	Suppenwürfel
	Mehl
	Sauerrahm
	Salz, Pfeffer
	Paprikapulver

Zubereitung:

Gemüse waschen und klein schneiden.

Würfelig geschnittenes Fleisch leicht anbraten. Zwiebel dazu geben und auch anbraten.

Gemüse dazu. Mit Paprikapulver bestauben.

Mit Suppe aufgießen. Ca. 20 Minuten köcheln lassen.

Sauerrahm mit Mehl gut vermischen. (Aufpassen, dass es nicht klumpt!)

Dazu rühren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Beilagenempfehlung:

Hörnchen

Reis

Extra bestellen!



Griechischer Bauernsalat

Zutatenliste (für 6 Personen):

Menge	Zutat
6 Stk	Hart gekochte Eier
1 Häüpel	Grüner Salat
1	Gurke
3	Tomaten
1	Rote Zwiebel
400 g	Feta
1 kl. Glas	Oliven
	Salz, Pfeffer
	Essig
	Öl
	Senf
½ Laib	Brot
	Butter

Zubereitung:

Salat waschen und zupfen.

Gemüse waschen und schneiden.

Feta würfelig schneiden.

Oliven halbieren.

Marinade zubereiten.

Salat marinieren und mit geviertelten Eiern garnieren.

Dazu Butterbrote.

Tipp: Kräuterbutter machen!

Kaiserschmarren

Zutatenliste (für 3 Personen):

Menge	Zutat
120 g	Mehl
¼ l	Milch
40 g	Zucker
	Salz
4	Eier
20 g	Butter
	Rosinen
	Butterschmalz

Zubereitung:

Eier trennen.

Mehl, Milch, Eidotter und eine Prise Salz verrühren.

Eiklar mit Zucker zu Schnee schlagen.

Vorsichtig unterziehen.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Masse eingießen, mit Rosinen bestreuen.

Kurz anbacken, zerkleinern, fertig backen.

Tipp: Apfelmus oder Kompott passt gut dazu! (Extra bestellen!)

Kalte Platte

Zutatenliste (für 6 Personen):

Menge	Zutat
6 Stk	Jauseneier
2	Paprika
1 Bund	Radieschen
250 g	Cocktailtomaten
1 kleines Glas	Essiggurkerl
300 g	Käseaufschnitt
300 g	Wurstaufschnitt
12	Weckerl
	Butter

Zubereitung:

Gemüse waschen und schneiden.

Zutaten zu einer Platte anrichten.



Käsespätzle

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
1 kg	Spätzle
2	Zwiebeln
250 g	Raclettekäse
	Salz, Pfeffer
	Öl

Zubereitung:

Spätzle nach Packungsanleitung kochen.

Gehackte Zwiebeln in Öl bräunen.

Spätzle dazu geben und leicht rösten.

Geriebenen Käse darüber geben und schmelzen lassen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: Salat dazu bestellen!



Krautfleckerl

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
1 kg	Fleckerl
1	Zwiebel
250 g	Braunschweiger Kraut
	Salz, Pfeffer
	Kümmel
	Speckwürfel

Zubereitung:

Nudeln kochen. Abseihen.

Kraut fein schneiden und weich dünsten. Abseihen.

Speckwürfel in Pfanne leicht anrösten, gehackte Zwiebel beigebraten und fertig rösten.

Nudeln und Kraut dazu mischen.

Mit Kümmel, Salz, Pfeffer würzen.

Tipp: Dazu passt ein Klecks Sauerrahm! (Dazu bestellen.)



Marillenkügelchen

Zutatenliste (für 4 Personen):

Menge	Zutat
	Kartoffelteig
12	Marillen
12 Stück	Würfelzucker
2 Handvoll	Semmelbrösel
125 g	Butter
	Staubzucker

Zubereitung:

Kartoffelteig laut Packungsanleitung zubereiten.

Teig in 12 Teile teilen und flachdrücken.

Marillen entkernen und mit je einem Stück Würfelzucker füllen.

Marillen in Teig einschlagen und Kügelchen formen.

In schwach kochendem Salzwasser 10 Minuten ziehen lassen.

Butter in einer Pfanne schmelzen. Brösel darin goldbraun rösten.

Kügelchen in Brösel wälzen.

Mit Staubzucker bestreuen.

Naturschnitzel mit Sauce

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
5	Schweinschnitzel
	Salz, Pfeffer
2	Zwiebeln
250 ml	Schlagobers
	Mehl zum Binden
500 g	Champignons
	Grüne Pfefferkörner (eingelegt)
½ kg	Reis
	Öl

Zubereitung:

Schnitzel klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen.

In Öl scharf anbraten und herausnehmen.

Gehackte Zwiebel in selber Pfanne anschwitzen.

Feinblättrig geschnittene Champignons dazu geben. Kurz dünsten.

Mit etwas Wasser und Schlagobers aufgießen.

Pfefferkörner nach Wunsch zugeben, mit Mehl bestäuben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis separat nach Packungsanleitung zubereiten.

Tipp: Auch hier passt Salat dazu!

Nudelsalat

Zutatenliste (für 8 Personen):

Menge	Zutat
1 kg	Fussili
1	Zwiebel
1 Dose	Mais
3	Tomaten
1	Paprika
½	Gurke
200 g	Gauda
200 g	Schinken
1 Becher	Sauerrahm
100 g	Mayonnaise
	Essig
	Salz, Pfeffer
8	Semmerl

Zubereitung:

Nudeln kochen.

Gemüse waschen und schneiden.

Käse und Schinken würfelig schneiden.

Nudeln kurz abkühlen lassen.

Alle Zutaten mischen.

Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp:

Ein hervorragendes schnelles Mittagessen! Die Reste (☺) könnt ihr am Abend als Beilage dazu reichen.

Reisfleisch

Zutatenliste (für 3 Personen):

Menge	Zutat
1	Serbisches Reisfleisch – Packerl (Knorr)
300 g	Schweinefleisch
200 g	Reis
	Salz, Pfeffer
	Öl

Zubereitung:

Schaut aufs Packerl ;-)

Tipp: Haut's ein Essiggurkerl drauf! (Ihr wisst es schon: Mitbestellen!)



Salat mit Putenstreifen

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
10 Stk	Festkochende Kartoffeln
1	Roter Zwiebel
200 g	Vogerlsalat
250 g	Putenfleisch
	Paprikapulver, Curry
	Essig und Olivenöl
	Salz, Pfeffer
	Öl zum Braten
	Senf
	Zucker

Zubereitung:

Kartoffeln weich kochen und schälen.

Zwiebel fein hacken.

Mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer, Senf und etwas Zucker marinieren.

Putenfleisch in Streifen schneiden.

Paprikapulver, Curry und Salz auf einen Teller geben und Fleisch darin wälzen.

Fleisch in genügend Öl durchbraten.

Vogerlsalat waschen und marinieren.

Alles zusammen anrichten.

Tipp: An warmen Tagen ein leckeres Gericht!



(Saure) Palatschinken

Zutatenliste (für 3 Personen):

Menge	Zutat
¼ kg	Mehl
½ l	Milch
3	Eier
	Salz
	Butterschmalz
1 Becher	Sauerrahm
200 g	Schinken
200 g	Geriebener Käse
	Petersilie, Schnittlauch

Zubereitung:

Mehl, Milch, Eier und eine Prise Salz kräftig mischen.

Butterschmalz in einer Pfanne schmelzen. 9 Stück Palatschinken schupfen.
Warm stellen (Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.)

Mit Sauerrahm bestreichen, mit gewürfelm Schinken und Käse belegen. Mit Kräutern verfeinern.
Rollen und füttern!

Tipp:

Palatschinken kann man auch mit Marmelade füttern! Übriggebliebene Palatschinken eignen sich als Fritatten.



Spaghetti mit Sauce

Zutatenliste (für 8 Personen):

Menge	Zutat
1 kg	Spaghetti
Sauce 1	Bolognese
8 EL	Öl
2	Zwiebel, gewürfelt
2	Knoblauchzehen, gehackt
2	Karotten, klein gewürfelt
600 g	Faschiertes
	Salz, Pfeffer
1 TL	Paprikapulver edelsüß
8 Blätter	Basilikum
4EL	Rotwein
1 kg	Tomatenstückelr aus der Packung
	ODER:
Sauce 2	Carbonara
300 g	Frühstücksspeck
250 ml	Schlagobers
6	Eidotter
250 g	Geriebener Parmesan
	Olivenöl

Zubereitung:

Spaghetti al dente kochen und abseihen.

Sauce 1:

Öl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Karotten darin andünsten. Faschiertes zugeben und braten, bis es grau wird und krümelig zerfällt. Gewürze, Basilikum, Rotwein und Tomaten untermischen. Bei milder Hitze unter gelegentlichem Umrühren 20 Minuten köcheln lassen

Sauce 2:

Frühstücksspeck in Streifen schneiden und in Olivenöl anrösten. Mit Spaghetti im Topf vermischen. Schlagobers mit Parmesan und Eidottern verrühren.



Über die Spaghetti gießen und kurz erhitzen.

Spieße mit Reis

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
200 g	Schweinefleisch
200 g	Rindfleisch
200 g	Frankfurter
100 g	Frühstücksspeck
2	Paprika
1	Zwiebel
15 Stk	Cocktailtomaten
½ kg	Reis
100 ml	Schlagobers
	Öl zum Braten
	Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Fleisch, Würstel, Speck in Mundgerechte Stücke schneiden.

Paprika und Zwiebel ebenso.

Abwechselnd auf Schaschlikspieße spießen.

Mit etwas Öl in der Pfanne braten.

Reis nach Packungsanleitung zubereiten.

Spieße herausnehmen.

Bratensatz mit etwas Wasser und Schlagobers vermischen und abschmecken.

Tipp: Um das Verletzungsrisiko gering zu halten: Das Fleisch vor dem Verzehr vom Spieß nehmen. ☺



Spinat mit Spiegelei

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
2 Pkg	Cremespinat
	Salz, Pfeffer
2 Zehen	Knoblauch
5	Eier
	Öl

Zubereitung:

Cremespinat erhitzen und würzen.

Spiegeleier in der Pfanne braten.

Beilagenempfehlung:

Gebratene Knacker (1 Stück pro Nase)

Erdäpfelschmarren (2 Grundbirnen pro Kopf)

Separat bestellen!



Tomaten Mozzarella

Zutatenliste (für 5 Personen):

Menge	Zutat
10	Tomaten
5	Mozarella
	Balsamicsauce
	Olivenöl
	Basilikum
	Salz, Pfeffer
5	Ciabatta

Zubereitung:

Tomaten waschen und in Scheiben schneiden.

Mozarella in Scheiben schneiden.

Mit Olivenöl und Balsamicosauce abschmecken.

Salzen und pfeffern.

Mit Basilikum bestreuen.

Tipp: Ohne Ciabatta als Vorspeise geeignet. An heißen Tagen ein leckeres Mittagessen!



Topfenknödel mit Fruchtsauce

Zutatenliste (für 4 Personen):

Menge	Zutat
100 g	Butter
2	Eier
Prise	Salz
0,5 kg	Topfen
¼ kg	Mehl griffig
2 Handvoll	Semmelbrösel
100 g	Butter
400 g	Beeren
	Zucker
1	Zitrone

Zubereitung:

Knödel:

Butter schaumig rühren (Muss vorher weich sein!)

Eier langsam einrühren. Eine Prise Salz dazu.

Topfen und Mehl auf Brett vermengen

Alles zusammen mengen.

Rolle formen und unter einem feuchten Geschirrtuch möglichst kühl 15 Minuten rasten lassen.

Zu Knödel formen und 10 – 15 Minuten in leicht siedendem Wasser kochen.

Butter in Pfanne zergehen lassen und Brösel darin anrösten.

Knödel darin wälzen.

Sauce:

Himbeeren oder Erdbeeren oder Heidelbeeren mit etwas Zitronensaft und Zucker stampfen und mit einem Spritzer Wasser erhitzen und abschmecken.



Wurstsalat

Zutatenliste (für 4 Personen):

Menge	Zutat
6	Knacker
1	Roter Zwiebel
1	Grüner Paprika
100 g	Gauda
6	Essiggurkerl
3	Tomaten
	Essig
	Olivenöl
	Salz, Pfeffer
4	Semmerl

Zubereitung:

Gemüse waschen und schneiden.

Knacker häuten und in dünnste Scheiben schneiden.

Käse würfeln.

Alles vermischen und mit Essig, Öl, Salz und Pfeffer marinieren.

Tipp: Vegetarische Variante: Mozzarella statt Wurst.



Wichtig

Immer genug trinken!



Zum Schluss: Nachspeisen:

Obstspieße:



Eis:



Schokobananen:



Obstsalat:



