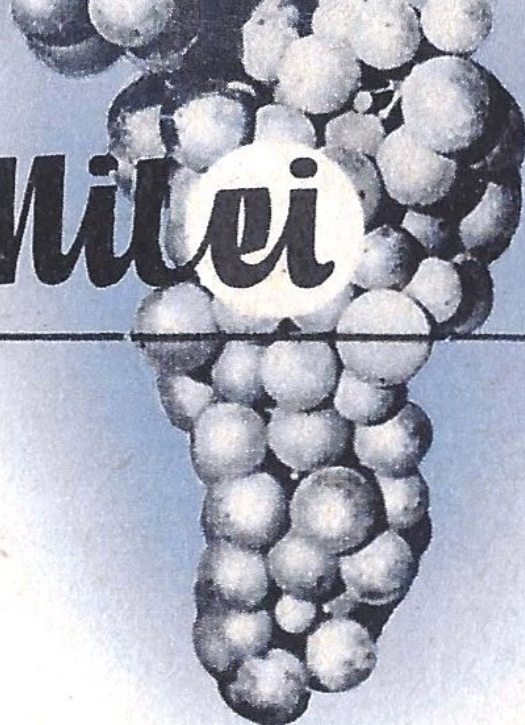
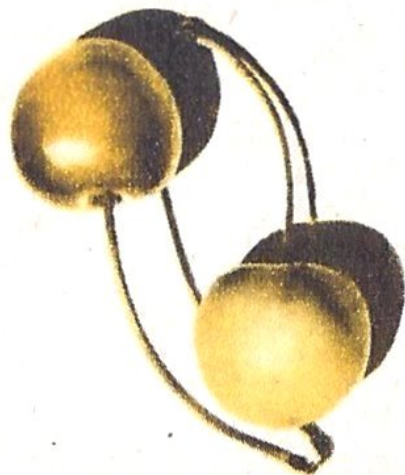


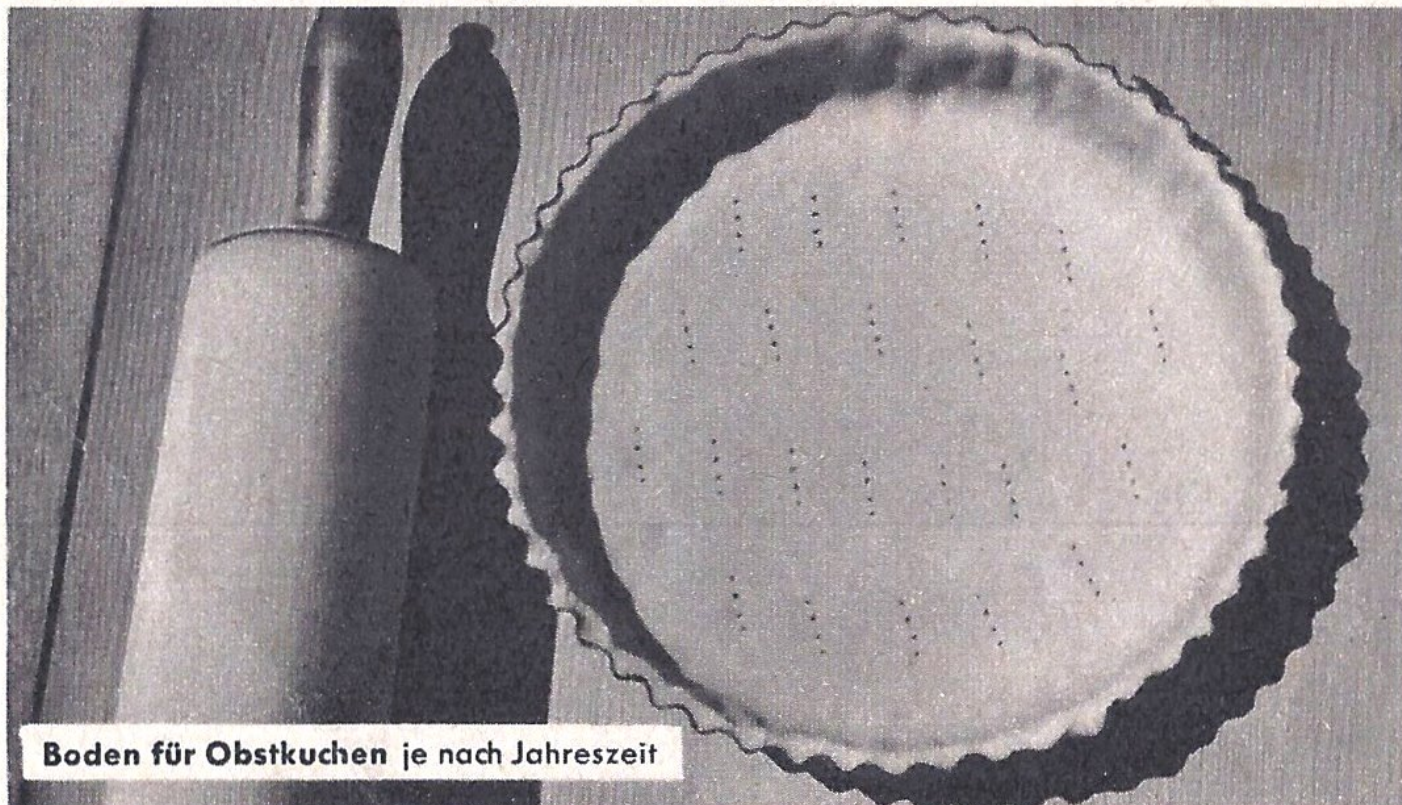
Milei

Aufklärungsdienst

Rezepte 2



Zubereitung: Margarine und Zucker schaumig rühren, Gewürz und das mit 2 Eßlöffeln Milch glattgerührte Milei-G dazugeben und zusammen gut durchrühren. Das mit Backpulver gemischte Mehl hinzusieben, unter Hinzugabe von 2 Eßlöffeln Milch einen glatten, weichen Teigkloß arbeiten. Diesen auf dem Backbrett leicht durchkneten und vor dem Ausrollen eine Zeitlang kaltstellen. Den Boden der Tortenform auslegen und mit einer Gabel einige Male einstechen. Backzeit 20–25 Minuten bei guter Mittelhitze.



Boden für Obstkuchen je nach Jahreszeit

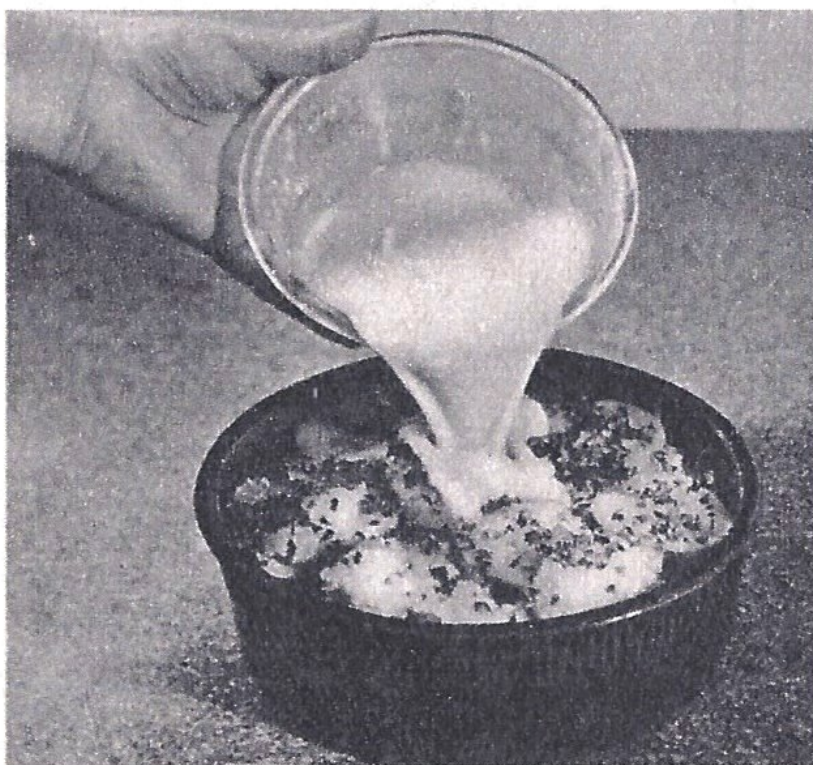
Zutaten: 175 g Mehl ● 50 g Margarine ● 65 g Zucker ● 1 geh. Eßlöffel Milei-G ● 4 Eßlöffel entrahmte Frischmilch ● 1 gestrichener Kaffeelöffel Backpulver ● Zitronenschale oder Vanillezucker

Kohlrabi und Kartoffeln in der Form gebacken



Zutaten für 4 Personen:

- 4 große oder 6 mittlere Kohlrabi
- 1 kg Kartoffeln
- 1 Ei
- 1 geh. Eßlöffel Milei-G
- 4 Eßlöffel entrahmte Frischmilch
- 1 Kaffeelöffel Mehl
- $\frac{3}{8}$ Ltr. Milch
- Salz
- geriebene Semmel
- 1 Eßlöffel Petersilie
- 20 g Butter



Zubereitung: Die gekochten Kohlrabi und Kartoffeln werden in Scheiben geschnitten und lagenweise in eine gefettete Auflaufform geschichtet. Das mit Milei-G gemischte Mehl wird mit Ei, Salz und Milch glattgerührt. Dann wird die Eiermilch über den Auflauf gegossen und dieser mit feingewiegter Petersilie und geriebener Semmel überstreut.

Nach dem Aufsetzen von Butterflöckchen wird das Gericht im Ofen $\frac{1}{2}$ Stunde überbacken.

Die Blätter des Kohlrabi werden am nächsten Tag zur Herstellung eines Gemüseeintopfes oder einer Gemüsebrühe verwendet.



Kräutersuppe (Kräuter der Jahreszeit entsprechend)



Zubereitung: Das mit Milei-G vermischte Mehl in heißem Fett unter dauerndem Rühren hellgelb dünsten, mit der kalten Gemüsebrühe oder mit kaltem Wasser ablöschen, mit Salz abschmecken und kurze Zeit kochen lassen. Kurz vor dem Auftragen die gewaschenen und feingewiegten Kräuter in die Suppe geben. (Kerbel, Sauerampfer, Petersilie, Brennessel usw.) Für jeden Teller Suppe 1 Kaffeelöffel gewiegte Kräuter. (Diese möglichst auf einer Porzellanplatte schneiden oder auf einem nassen Holzbrettchen, damit der Kräutersaft nicht ins Holz zieht.)

Zutaten	30 g Fett	1¼ Ltr. Gemüsebrühe oder Wasser
für 4 Personen	40 g Mehl	1 kleine Handvoll Kräuter
	1 Eßlöffel Milei-G	Salz



Schöner Schnee mit Milei



Wir schlagen Schnee ohne Eier – aber: die Grundregeln für die Anwendung von Milei-W müssen beachtet werden. 1) Das Gefäß: sauber und fettfrei. 2) Die richtige Menge: An Stelle von 2 Hühnereiweiß vermennt man 1 hochgehäuften Kaffeelöffel Milei-W mit vier Eßlöffel Wasser. 3) Das richtige Verfahren: Zuerst nur die Hälfte der Wassermenge zuschütten und glattrühren, entstehenden Brei einige Minuten quellen lassen, Rest des Wassers zusetzen und Masse kräftig schlagen. Bei Zubereitung von gesüßtem Schnee dem fast fertigen Schnee etwas Zucker zugeben, dann voll ausschlagen, jetzt restlichen Zucker beimengen und nochmal kurz durchschlagen. 4) Die richtige Zeitdauer: Milei-W länger schlagen als Hühnereiweiß! Milei-W verträgt sich ausgezeichnet auch mit Hühnereiweiß: Milei-W-Masse wie beschrieben vorbereiten, Eiweiß einfach dazugeben und beides zusammen schlagen.

Milei-G, das andere hervorragende Erzeugnis aus Milch-Eiweiß, ist für den weitgehenden Austausch mit Eiern vorzüglich geeignet und macht die Speisen schmackhaft und ihre Zubereitung billig. Auch bei Milei-G die gut zu merkenden Grundregeln beachten:



Kochen und Backen mit Milei



Die richtige Menge: An Stelle von 1 Hühnerei oder -Eigelb ein gehäufter Eßlöffel Milei-G. Die richtige Anwendung: 1) Aufgelöst (1 Eßlöffel Milei-G und 2 Eßlöffel Wasser bzw. Flüssigkeit); 2) Trocken beigemischt; 3) in Verbindung mit Eiern (dabei Milei-G zuerst auflösen, dann Eier einfach dazugeben und beides zusammen glattrühren). Im einzelnen geben die Rezepte die Art der Anwendung an. Milei-W und Milei-G lassen sich an Stelle von Eiweiß und Eigelb ohne Änderung der bisherigen Kochweise verwenden. Aufschlüsse gibt die Schrift: „Grundregeln der Milei-Anwendung“.