

CHRISTIANE LEESKER | VANESSA JANSEN

# Just Married

DAS KOCHBUCH FÜR  
FRISCH VERHEIRATETE



CHRISTIANE LEESKER | VANESSA JANSEN

Just Married



*Dieses Buch gehört  
den Eheleuten*

.....

*und*

.....

CHRISTIANE LEESKER | VANESSA JANSEN

# Just Married

DAS KOCHBUCH FÜR  
FRISCH VERHEIRATETE

**riva**











# Inhalt

15 *Liebes Brautpaar! (Vorwort)*

20 *Fragebögen zum Ausfüllen*

20 Fragebogen 1

22 Fragebogen 2

27 *Verwöhnmenüs*

**29 Das 1001-Nacht-Menü**

30 Orientalische Linsensuppe mit Orange

33 Lamm-Tajine mit Pflaumen

34 Zimt-Parfait mit Datteln, Pistazien und Aprikosen

**37 Das Frühlings-Kribbel-Menü**

38 Spargelsüppchen mit Forellenwürfeln

41 Hähnchenbrust-Überraschungspaket

42 Pannacotta mit Erdbeeren

**45 Das Latin-Love-Menü**

46 Tomaten-Crostini

49 Zitronenpasta mit Riesengarnelen

50 In Honig gebratene Aprikosen mit Thymian

53 *Frühstück im Bett*

54 Hefezopf

57 Schwedische Zimtschnecken

58 Süßes Orangengelee

61 Obstsalat mit Honig

62 Himbeer-Bananen-Smoothie

65 Scrambled Eggs, Bacon and grilled Tomatoes

66 Käse-Schinken-Croissants





69 *Naschereien für unterwegs*

- 71 Mini-Chocolate-Cakes
- 72 Müsliriegel
- 75 Schoko-Kokos-Konfekt
- 76 Energy-Balls mit Mango und Kokos
- 79 Sandwich mit Mango und Hähnchen
- 80 Tramezzini mit Parmaschinken, Tomaten und Parmesan
- 83 Fitness-Salat im Glas

85 *Verliebte Willkommensgrüße*

- 86 Karamelltörtchen mit Fleur de Sel
- 89 Mini-Éclairs au Café
- 90 Petits Cœurs
- 93 Vanille-Honig-Trüffel
- 94 Blaubeer-Baiser
- 97 Herzpralinen mit Himbeer-Sekt-Füllung
- 98 Provenzalischer Mandelkakao

101 *Gemütliche Schlemmereien für Couch-Potatoes*

- 102 Dreierlei Dips (Thunfisch, Rote Bete und Roquefort)
  - 105 Spinat-Schafskäse-Pasteten
  - 106 Zwiebel-Sardellen-Tartes
  - 109 Käsekrapfen
  - 110 Tortilla-Wrap-Röllchen mit Lachs und Linsen
  - 113 Rote-Bete-Salat mit Ziegenkäse und Sesam
  - 114 Taboulé
- 
- 







117 *Liebevolle Tröstpflaster*

- 119 Heilsame Tees (Pfefferminz-Zimt und Ingwer-Kurkuma)
- 120 Zitronen-Tartelettes mit Baiser
- 123 Gewürzmilchreis mit Orangensauce
- 124 Apfelwaffeln
- 127 Schoko-Bananen-Brownies
- 128 Schoko-Karamell-Sticks
- 131 Hühnersuppe

133 *Versöhnmenüs*

**135 Italienisches Versöhnmenü**

- 136 Jakobsmuscheln mit Limetten-Chili-Salsa
- 139 Involtini mit Risotto Milanese
- 140 Tiramisu

**143 Französisches Versöhnmenü**

- 144 Salat mit Feigen, Roquefort und Walnüssen
- 147 Entenbrust à l'Orange
- 148 Birnen in Rotwein

**151 Fernöstliches Versöhnmenü**

- 152 Glasnudelsalat mit Lachs und Sesam
- 155 Exotisches Hähnchencurry mit Mango und Erdnussauce
- 156 Gebratene Banane mit Honig und Kokos

160 *Rezeptregister*

168 *Dank*

172 *Rezeptseiten zum Eintragen*

176 *Impressum*















# Liebes Brautpaar!

Eine kurze Zeit kommt ihr vielleicht nur mit Luft und Liebe aus, aber auf lange Sicht? Da braucht ihr doch mal was Anständiges in den Magen. Und dafür müsst ihr früher oder später kochen. Ihr seid verliebt, und wenn man den geflügelten Worten Glauben schenken darf, kann es euch jetzt besonders leicht passieren, dass ihr die Suppe versalzt oder den Braten anbrennen lasst. Aber was macht das schon? Liebe macht ja auch blind! Als frisch verheiratetes Ehepaar seid ihr wahrscheinlich willens, alles, was der Partner euch an Essbarem vorsetzt, einfach göttlich zu finden. Deshalb ist gerade jetzt auch der ideale Zeitpunkt, um die eigenen Kochkünste zum Einsatz kommen zu lassen oder mal etwas ganz Besonderes auszuprobieren.

Wir sehen es schon förmlich vor uns, wie ihr euch gegenseitig nach allen Regeln der Kunst bekocht. Oder einer von euch in der Küche zaubert, während der andere bereits genüsslich an einem Glas Wein nippt. Essen werdet ihr natürlich zusammen, denn die wahre Wonne ist ja der geteilte Genuss, die Freude, wenn es dem anderen schmeckt, der Stolz auf das gelungene Mahl. Bei nächster Gelegenheit könnt ihr dann die Rollen tauschen. Und gemeinsames Kochen macht natürlich besonders viel Spaß!

Eine selbst zubereitete Mahlzeit oder ein Snack ist auch eine wunderbare Möglichkeit, um dem anderen ganz deutlich zu zeigen, wie wichtig er einem ist. Wenn eines von euch Turteltäubchen zum Beispiel mal wegfahren muss, gibt das andere ihm vielleicht ein liebevoll zusammengestelltes Lunchpaket mit. Wer dann in das Sandwich beißt, denkt gleich noch viel intensiver an den abwesenden Partner. Und wie sehr freut man sich nach einer Reise, wenn zu Hause nicht nur die entbehrte bessere Hälfte, sondern auch noch ein süßer Willkommensgruß wie etwa ein selbst gebackener Kuchen auf einen wartet!

Dann gibt es auch die Momente im Leben, in denen sich die Nahrungsaufnahme in eine beinahe lebens- oder beziehungerhaltende Maßnahme verwandelt. Nämlich dann, wenn es einem von euch so richtig mies geht.



Vielleicht, weil eine Grippe im Anflug ist, weil der Chef euch schlecht behandelt hat oder ihr am Abend vorher zu fest gefeiert habt. Wie schön, wenn dann der andere für einen da ist, Tee kocht, einen Milchreis zubereitet oder leckere Schoko-Brownies backt!

Oder es kommt hart auf hart, und einer von euch ist richtig sauer auf den anderen. Was bricht da schneller das Eis als ein mit Liebe zubereitetes Leibgericht? Auf dieser Basis rücken die Friedensverhandlungen doch in greifbare Nähe!

Für alle diese Fälle geben wir euch in unserem Buch leckere Ideen an die Hand. Ob Trostpflaster, Verwöhnrezept oder eine gemeinsame Schlemmerei, wir haben allerlei Rezepte für ganz unterschiedliche Gelegenheiten für euch zusammengestellt. So findet ihr immer die passende Anregung.

Damit der kulinarische Liebesbeweis funktionieren kann, müsst ihr natürlich sicher sein, dass ihr auch das richtige Rezept ausgesucht habt. Denn wie blöd wäre es, wenn ihr einen tröstlichen Milchreis kocht, ohne zu wissen, dass der andere Milchreis schon als Kind von ganzem Herzen gehasst hat. Deshalb haben wir auf den nächsten Seiten Fragebögen vorbereitet, die ihr erst einmal ausfüllen könnt, bevor ihr den Kochlöffel schwingt.

Und dann kann es losgehen, denn Liebe geht ja schließlich durch den Magen, das weiß doch jeder!

Viel Spaß beim Kochen, Verwöhnen und Genießen wünschen

*Christiane Leesker und Vanessa Jansen*

PS: Wäre es nicht eine nette Geste, nach der Hochzeit die Trauzeugen und/oder die Eltern zu einem leckeren Essen einzuladen? Auch dafür eignen sich alle hier vorgestellten Gerichte hervorragend. Ihr müsst einfach nur die Zutaten auf die bewirtete Personenzahl hochrechnen.