



MEIN GENUSS

# GENUSS RATGEBER



ENTDECKEN · SCHENKEN · GENIESSEN



# ÜBER UNS

eine kleine Manufaktur aus dem Herzen Oberbayerns

---

MEIN GENUSS ist der Premium-Onlineshop für Qualitätsgewürze und -tees, außergewöhnlich schön verpackt zum Verschenken und selbst Genießen.

Unser Anspruch ist es, unsere Kunden immer wieder aufs Neue zu überraschen – mit besonderen Köstlichkeiten und kreativen Designs, ohne dabei Kompromisse in Qualität oder Nachhaltigkeit einzugehen.

Die edel verpackten Köstlichkeiten sind individualisierbar und eignen sich als Geschenk sowohl für Freunde und Familie als auch für Kunden und Mitarbeiter.

---

ENTDECKEN · SCHENKEN · GENIESSEN

**MEINGENUSS.DE**



# LÄNDERKÜCHE

kulinarische Entdeckungsreise rund um den Globus

---

Von Nord nach Süd, von West nach Ost erstreckt sich unser Globus voller kulinarischer Highlights. Mal feurig-scharf, mal exotisch-fernöstlich und mal deftig-klassisch.

Die verschiedenen Esskulturen erleben und schmecken, indem man die beliebtesten Gerichte nachkocht, ist einfach – und mit den richtigen Gewürzen ist der Anfang schon mal geschafft.

Die internationale Küche ist bunt, vielfältig und lecker. Wir nehmen dich mit auf unsere kulinarische Reise in andere Kulturen - so schmeckt jeder Bissen nach Fernweh.

Entdecke unsere Vielfalt an Gewürzen jetzt in unserem Online-Shop – egal ob orientalische, asiatische oder mediterrane Gewürze!

---

ENTDECKEN · SCHENKEN · GENIESSEN

**MEINGENUSS.DE**



# REZEPTE

praktisch und überraschend zugleich

Was soll man nur mit all den Gewürzen anfangen? Damit es dir nie so geht, haben wir extra vorgesorgt: Mit eigenen kreativen Rezeptideen, die speziell für die Gewürze in unserem Gewürz-Adventskalender und in unseren Gewürz-Sets entwickelt wurden.

Hinter jedem Gläschen befindet sich ein eigenes Rezept, das perfekt dazu passt. Die Rezepte sind mal vegetarisch, mal mit Fisch oder Fleisch – aber immer lecker! Unsere Gewürzmischungen sind einfach zu verwenden und geben jedem deiner Gerichte das geschmackliche Extra.

Viele weitere spannende Rezepte findest du übrigens auf unserem Rezepte-Blog

<https://www.meingenuss.de/rezepte>

**Kleiner Vorgeschmack gefällig?**

**In unserem Ratgeber haben wir vier spannende Rezepte für dich...**



# AVOCADO-SALAT

– ZZZumba Gewürzzubereitung –

## ZUTATEN

### 4 PORTIONEN

- 1 Salatgurke
- 1 grüne Paprika
- 1 rote Paprika
- 2 Avocados
- 200 g Kirschtomaten

### DRESSING:

- 0.5 Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- 1 EL Balsamico Essig
- 1 TL Honig/ Ahornsirup
- 1 TL Basilikum Salz
- 1 TL ZZZumba Gewürzzubereitung
- Pfeffer
- 4 Minz-Stängel

## ZUBEREITUNG

- 1** Zuerst die Avocados halbieren, entsteinen, das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und anschließend in mundgerechte Würfel schneiden. Paprikaschoten, Kirschtomaten sowie die Salatgurke waschen.
- 2** Kirschtomaten in zwei Hälften schneiden, die Paprikaschoten halbieren, entkernen und ebenfalls in mundgerechte Würfel schneiden. Salatgurke längs halbieren und in dicke Halbmonde schneiden. Zutaten für den Salat in einer Schüssel miteinander vermengen.
- 3** Minzblätter vom Stängel rupfen und klein hacken. Die ZZZumba Gewürzzubereitung sowie das Basilikum Salz in einen Mörser geben und mit einem Stößel zerkleinern. Den Saft einer halben Zitrone auspressen und mit allen anderen Zutaten für das Dressing sowie den gehackten Minzblättern und der Gewürzmischung in einer Schüssel miteinander vermengen. Mit Pfeffer abschmecken und je nach gewünschter Süße nochmal etwas Honig hinzufügen.
- 4** Das Dressing zum Gemüse geben und alles miteinander vermengen. Den Salat zu offenem Ciabattabrot und Grillgut servieren.

<https://www.meingenuss.de/rezepte/sommerlicher-avocado-salat>



# PASTA CACIO E PEPE

## – Bunter Pfeffer –

### ZUTATEN

#### 4 PORTIONEN

- 400 g Tonnarelli, ersatzweise Spaghetti
- 2 TL Bunter Pfeffer
- 250 g Pecorino
- Salz
- Olivenöl

### ZUBEREITUNG

- 1 Mindestens 4 l Wasser in einen großen Topf geben und sprudelnd aufkochen lassen. Wenn das Wasser kocht, Salz hinzufügen. Wenn du unsicher bist, wie du die Pasta richtig kochst, hilft dir die 1 : 10 : 100 Regel. Sie besagt, dass auf 100 g Pasta 1 l Wasser und 10 g Salz kommen. Die Pasta in das kochende Wasser geben und nach Packungsanleitung al dente kochen.
- 2 Während die Pasta kocht, den Pecorino fein reiben. Sobald die Pasta fast gar ist, etwas Olivenöl in eine Pfanne geben, sodass der Boden gerade bedeckt ist. Auf mittlerer Stufe erhitzen.
- 3 Die bunten Pfefferkörner mörsern oder mit der Pfeffermühle mittelfein mahlen. Die zerkleinerten Körner in die Pfanne geben und unter ständigem Rühren für etwa eine halbe Minute anrösten. Die Pasta abgießen, dabei ein kleines Glas von dem Kochwasser zurückbehalten.
- 4 Die Pasta mit 2 EL von dem Kochwasser in die Pfanne geben und alles weiterköcheln lassen, bis das Wasser aufgesogen ist. Danach die Herdplatte ausschalten. Den Pecorino in eine angewärmte Schale geben, esslöffelweise etwas vom Nudelkochwasser hinzufügen und mit dem Schneebesen gut umrühren. Die perfekte Konsistenz ähnelt der eines sämigen Pfannkuchenteigs und darf keine Klumpen enthalten. Die Käsemasse zu der Pasta in die Pfanne geben und alles schnell und kräftig verrühren. Fertig ist die Pasta Cacio e Pepe !

<https://www.meingenuss.de/rezepte/pasta-cacio-e-pepe>



# FRÜHSTÜCKS- MUFFINS

– Gewürzsalz –

## ZUTATEN

### 4 PORTIONEN

- 4 Scheiben Toastbrot
- 4 TL Butter
- 4 Eier
- 1 große Tomate
- 1 halbe Zwiebel
- 1 TL Gewürzsalz
- 1 TL Bruschetta Gewürzzubereitung
- Pfeffer

## ZUBEREITUNG

- 1 Tomate waschen und anschließend in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Beides in eine Schüssel geben, die Bruschetta-Gewürzzubereitung untermengen und für später beiseitestellen.
- 2 Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen und eine Muffin-Backform herrichten. Toastbrot-Scheiben mit einem Nudelholz platt rollen und anschließend eine Seite mit weicher Butter bestreichen.
- 3 Toastbrot mit der bestrichenen Seite nach unten in die Mulden der Backform legen. Anschließend die Tomaten-Zwiebel-Mischung gleichmäßig auf alle Toastbrot-Scheiben verteilen. Nun jeweils ein Ei auf die Tomaten geben.
- 4 Das Gewürzsalz mit einem Mörser zerkleinern oder in eine Mühle geben und anschließend das Ei damit würzen. Nun mit Pfeffer verfeinern und im Ofen für 10–15 Minuten backen.
- 5 Je nach gewünschtem Bräunungsgrad die Spiegelei-Muffins aus dem Ofen nehmen und heiß servieren. Nach Belieben mit Käse bestreuen oder mit etwas Schnittlauch toppen.

<https://www.meingenuss.de/rezepte/herzhafte-fruehstuecks-muffins>



# TOMATEN- PAPRIKA-SUPPE

– Aglio Olio Gewürz –

## ZUTATEN

### 4 PORTIONEN

- 2 Knoblauchzehen
- 3 Schalotten
- 2 rote Paprikaschoten
- 2 Karotten
- 500 g Tomaten
- 150 g rote Linsen
- 1 TL Tomatenmark
- 1 TL Aglio Olio Gewürz
- 1000 ml Gemüsebrühe
- 0,5 Bund glatte Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl
- etwas Zucker

## ZUBEREITUNG

- 1 Tomaten am Boden über Kreuz einritzen. Mit reichlich kochendem Wasser überbrühen und etwas stehen lassen. Währenddessen die Knoblauchzehen klein hacken und die Schalotten würfeln.
- 2 Die Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Die Paprikaschoten putzen, vierteln und mit dem Sparschäler enthäuten. Zwei Paprikaviertel in kleine Würfel schneiden, den Rest grob würfeln. Die Tomaten aus dem heißen Wasser nehmen und kalt abschrecken. Die Haut abziehen. Tomaten halbieren, den Stielansatz und die Kerne entfernen und den Rest in grobe Stücke schneiden.
- 3 Das Olivenöl in einem großen Topf auf mittlere Temperatur erhitzen. Die Schalotten und den Knoblauch andünsten, bis die Schalotten glasig aussehen. Nun die grob gewürfelte Paprika- und Tomatenstücke, die Karotten sowie das Tomatenmark hinzugeben und für einige Minuten andünsten.
- 4 Mit der Gemüsebrühe auffüllen. Die Linsen hinzugeben, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Aglio Olio Gewürz abschmecken und bei schwacher Hitze mit aufgelegtem Deckel etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind.
- 5 Mit dem Stabmixer fein pürieren. Die Konsistenz der Tomaten-Paprika-Suppe sollte sämig sein. Petersilienblätter klein hacken, mit Olivenöl mischen. Vor dem Servieren die Tomaten-Paprika-Suppe mit den kleingeschnittenen Paprikawürfeln dekorieren, mit dem Öl beträufeln und zusammen mit Baguette genießen.

<https://www.meingenuss.de/rezepte/feurige-tomaten-paprika-suppe>



# GESCHENKIDEEN

für Feinschmecker und Genuss-Liebhaber

## Originelle Geschenkideen für jeden Anlass

MEIN GENUSS ist der Onlineshop für kulinarische Geschenke in stylischem Design. Die Idee hinter dem Shop: Ein Geschenk sollte etwas Besonderes sein, praktisch anwendbar, aber auch schön präsentiert. Mit unseren exklusiven Geschenkboxen, gefüllt mit außergewöhnlichen Gewürz- und Teemischungen, kann schenken ganz einfach sein. Ganz gleich für welchen Geschmack, in unserem Shop findet sich mit Sicherheit eine wunderbare Aufmerksamkeit für einen lieben Menschen.

## Besondere Geschenke online bestellen!

Entdecke jetzt unsere große Auswahl an Geschenkideen für jeden Anlass und bestelle einfach und bequem online bei MEIN GENUSS!

<https://www.meingenuss.de/geschenksets>



MEIN GENUSS

# SERVICE

für unsere Kunden

---

Du hast Fragen, Wünsche oder Anregungen?  
Schreibe uns gerne jederzeit an und wir melden uns!

### Unsere Kontaktdaten:

E-Mail: [service@meingenuss.de](mailto:service@meingenuss.de) · Telefon: +49 8191 91 80 90

Du findest uns auch bei:  

### Du bist zufrieden?

Schreibe eine Rezension und erzähle auch anderen  
Kunden von uns und deinen Erfahrungen!

>> **Jetzt Google Rezension abgeben**

Wir freuen uns über deine Bewertung

Xaver und Josef Egger  
(Gründer von MEIN GENUSS)



---

### Impressum

MEIN GENUSS GmbH · Otto-Lilienthal-Straße 8 · D - 86929 Penzing