

**Butaris**



**IMMER  
ORIGINELL.  
DAS**  **ORIGINAL.**

40 Jahre Butaris



UNSERE KLASSIKER  
NEU AUFGETISCHT



## **BUTARIS Butterschmalz „IMMER ORIGINELL. DAS ORIGINAL.“**

Seit nunmehr 40 Jahren ist das kulinarische Allroundtalent der perfekte Küchenbegleiter für alle Familienmanagerinnen, Hobbyköche, Foodies & Genießer. Kein anderes natürliches Speisefett ist so vielseitig & gelingsicher verwendbar. Egal, ob beim Braten, Backen, Kochen oder Frittieren – die feine Butternote unterstreicht wunderbar den Eigengeschmack eines jeden Gerichts. Grund genug, neue originelle Genussideen zu kreieren, die einfach zuzubereiten und köstlich sind, aber auch fürs Auge eine Menge bieten. Wir hoffen, dass Sie diese moderne Art des Kochens von klassischen Rezepten mit ungewöhnlichen Zutaten ebenso fasziniert wie uns. Lassen Sie sich inspirieren für ein gemeinsames Essen mit Familie oder Freunden. Machen Sie aus jeder Mahlzeit ein sinnliches Erlebnis. Viel Spaß beim Entdecken der vielfältigen Genussmöglichkeiten mit BUTARIS!

Schon gewusst? BUTARIS Butterschmalz kann sowohl im Kühlschrank als auch bei Zimmertemperatur gelagert werden. Es ist selbst nach dem Öffnen der Packung mehrere Monate haltbar.



### **INHALT**

<b>Fragen und Antworten rund um Butterschmalz</b>	<b>3</b>
<b>Blaubeer-Pfannkuchen mit Vanilleschmand und Honig</b>	<b>4</b>
<b>Beeren-Smoothie-Bowl mit Granola</b>	<b>6</b>
<b>Grünkohl-Topf mit Käse-Krustis</b>	<b>8</b>
<b>Hirsch-Ragout mit Granatapfel und Koriander</b>	<b>10</b>
<b>Rosenkohl-Pilzgemüse mit Gnocchi vom Blech</b>	<b>12</b>
<b>Birnen-Tarte-Tatin</b>	<b>14</b>



# Fragen und Antworten rund um Butterschmalz

## Was ist Butterschmalz eigentlich?

Butterschmalz ist ein reines Naturprodukt, das aus Butter hergestellt wird. Erfunden wurde Butterschmalz in den Alpenregionen. Der Butter wird mittels Erhitzen der größte Teil des enthaltenen Wassers, Eiweiß und des Milchzuckers entzogen. Durch dieses Klären wird Butterschmalz nicht nur haltbarer, sondern brennt im Gegensatz zu Butter oder anderen Fetten auch bei hohen Temperaturen nicht an und spritzt nicht. Butterschmalz ist für jede Zubereitungsart optimal geeignet. Das macht BUTARIS zum idealen Begleiter beim Braten, Backen, Kochen und Frittieren. Im Handel ist BUTARIS als Klassiker im 200-g- oder bei Aktionen im 500-g-Becher erhältlich.

## Woraus besteht BUTARIS?

BUTARIS besteht zu 99,8 % aus reinem Butterreinfett. Die restlichen 0,2 % setzen sich aus Eiweiß, Wasser und Vitaminen zusammen. Die in BUTARIS enthaltenen Vitamine A, D und E sowie Beta-Carotin können vom menschlichen Körper nur in Verbindung mit Fett verwertet werden. Darüber hinaus enthält BUTARIS Butterschmalz keine weiteren Zusätze, wie Emulgatoren, Konservierungsstoffe oder Farbstoffe. Aufgrund seines geringen Milchzuckeranteils von unter 0,1 % können Menschen, die an Laktoseintoleranz leiden, BUTARIS in ihrer täglichen Ernährung sehr gut verwenden.

## Hat Butterschmalz mehr Kalorien (kcal) als andere Fette oder Öle?

Butterschmalz enthält wie Speiseöl auf 100 Gramm ca. 880 kcal. Butter und Margarine enthalten zwischen 710 und 740 kcal. Da man bei einer Mahlzeit nur etwa 20 Gramm Butterschmalz, Butter, Margarine oder Öle verwendet, sind die kalorischen Unterschiede sehr gering.

## Macht Fett dick? Wie viel Fett ist gesund?

Qualität statt Quantität! Nicht die Fettmenge ist entscheidend für eine gesunde Ernährung, sondern die Art der Fettsäuren und vor allem die richtige Kombination mit anderen Lebensmitteln. Fett ist ein wichtiger Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung und liefert dem Körper Energie.



## TIPP

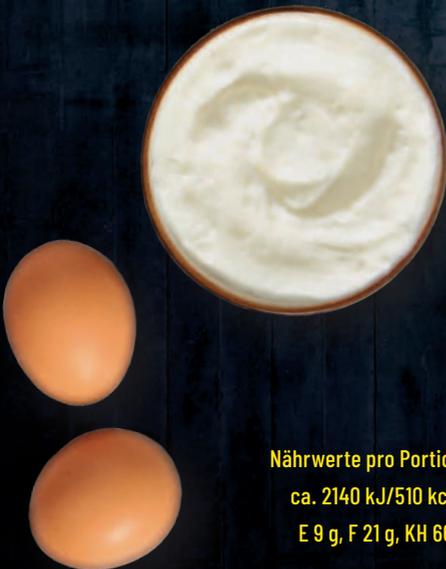
Beim Backen kann die in Rezepten angegebene Fettmenge mit BUTARIS um 20 Prozent reduziert werden, denn Butterschmalz ist ergiebiger als andere Nahrungsfette. Sind 200 g Butter angegeben, reichen somit 160 g Butterschmalz.

Die dadurch eingesparte Menge lässt sich durch Milch oder Wasser ersetzen.



# Blaubeer-Pfannkuchen mit Vanilleschmand und Honig

1. Blaubeeren verlesen, waschen und gut abtropfen lassen. Schmand und 1 Päckchen Vanillezucker mit den Schneebesen des Handrührgerätes cremig rühren. 4 EL Milch unterrühren. Vanilleschmand kaltstellen.
2. 25 g BUTARIS Butterschmalz schmelzen und abkühlen lassen. Eier, Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und Salz mit den Schneebesen des Handrührgerätes schaumig rühren. Joghurt, Butterschmalz und 200 ml Milch unterrühren. Mehl und Backpulver mischen, unterrühren. 350 g Blaubeeren unterheben.
3. Etwas Butterschmalz portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Ca. 4 Portionen Teig mit einer kleinen Kelle in die Pfanne geben und von jeder Seite bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten goldbraun backen. Aus der Pfanne nehmen und warmstellen. Auf die gleiche Weise weitere 13 Pfannkuchen backen und warmstellen.
4. Pfannkuchen anrichten. Einen Klecks Vanilleschmand draufgeben. Mit Ahornsirup beträufeln. Mit 150 g Blaubeeren verzieren. Übrigen Vanilleschmand dazu reichen.



Nährwerte pro Portion:  
ca. 2140 kJ/510 kcal,  
E 9 g, F 21 g, KH 66 g

## Zutaten für 6 Personen

Zubereitung: ca. 50 Min.

- 500 g Blaubeeren
- 200 g Schmand
- 2 Päckchen Vanillezucker
- 4 EL + 200 ml Milch
- 25 g + 50 bis 60 g BUTARIS Butterschmalz
- 2 Eier (Größe M)
- 50 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 200 g griechischer Joghurt
- 200 g Mehl
- 1/2 Päckchen Backpulver
- 150 ml Ahornsirup

## TIPP

Die Vitamine A (bzw. dessen Vorstufe Beta-Carotin), D, E und K lösen sich nur in Fett bzw. Öl. Deshalb sollte man Nahrungsmittel (Gemüse, Obst), die reich an diesen Vitaminen sind, nur in Kombination mit etwas Fett zu sich nehmen, damit der Körper die Vitamine optimal resorbieren kann.



# Beeren-Smoothie-Bowl mit Granola

1. Mandeln hacken. BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Gehackte Mandeln und Sonnenblumenkerne darin goldbraun rösten. Honig, Leinsamen und Zimt unterrühren. Mandelmischung auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C/Gas: s. Hersteller) ca. 8 Minuten backen. Granola aus dem Ofen nehmen und auskühlen lassen.
2. Erdbeeren waschen und putzen. Johannisbeeren waschen und trockentupfen. 200 g Johannisbeeren von den Rispen streifen. Minze waschen, trockenschütteln und die Blättchen von den Stielen zupfen.
3. Joghurt, 400 g Erdbeeren und abgezupfte Johannisbeeren mit einem Schneidstab fein pürieren. Granola grob hacken. 200 g Erdbeeren in Scheiben schneiden. Joghurtcreme in Schälchen anrichten. Mit Granola, Erdbeerscheiben, Johannisbeerrispen und Minzblättchen verzieren.



**Nährwerte pro Portion:**  
ca. 2680 kJ/640 kcal,  
E 24 g, F 36 g, KH 45 g

## Zutaten für 4 Personen Zubereitung: ca. 45 Min.

100 g Mandelkerne mit Haut  
1 EL BUTARIS Butterschmalz  
50 g Sonnenblumenkerne  
4 EL flüssiger Honig  
50 g Leinsamen  
1 Msp. gemahlener Zimt  
600 g Erdbeeren  
375 g Johannisbeeren  
8 Stiele Minze  
1 kg Vollmilch-Joghurt  
Backpapier



## TIPP

Beim Kochen, insbesondere beim Dünsten, unterstützt BUTARIS den Eigengeschmack der Zutaten. Verteilt man kurz vor dem Servieren nochmals etwas Butterschmalz über dem Gericht, verfeinert sich das Butteraroma zusätzlich. Gemüse, Eintöpfe oder Suppen erhalten so den letzten Schlift.

# Grünkohl-Topf mit Käse-Krustis



1. Grünkohl putzen, waschen, trockenschütteln und in grobe Stücke zupfen. Möhren und Kartoffeln schälen. Möhren in Scheiben, Kartoffeln in Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen. Beides würfeln.
2. 2 EL Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Möhren, Kartoffeln, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Brühe angießen, aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Grünkohl unterheben und weitere 3 bis 5 Minuten köcheln.
3. Brot in Stücke zupfen. Käse reiben. 3 EL Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Brotstücke darin goldbraun rösten. Käse darüberstreuen und schmelzen lassen. Eintopf mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie waschen und trockenschütteln. Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Eintopf und Käse-Krustis anrichten. Mit Petersilie bestreuen.



Nährwerte pro Portion:  
ca. 2260 kJ/540 kcal,  
E 16 g, F 27 g, KH 52 g

## Zutaten für 4 Personen

Zubereitung: ca. 50 Min.

500 g Grünkohl	1500 ml Gemüsebrühe
1 Bund Möhren (ca. 500 g)	200 g Bauernbrot
500 g Kartoffeln	75 g Parmesankäse
1 Zwiebel	Salz, Pfeffer
1 Knoblauchzehe	frisch geriebene Muskatnuss
5 EL BUTARIS Butterschmalz	1/2 Bund Petersilie



## TIPP

Für Fleisch sind hohe Anbrattemperaturen wichtig, denn so wird Fleisch außen knusprig und innen zart und saftig. Mit seiner milden, buttrigen Note ist der Bratensaft eine wunderbare Grundlage für Saucen.

# Hirsch-Ragout mit Granatapfel und Koriander



1. Fleisch trockentupfen und in Würfel schneiden. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer schälen, alles würfeln. Zitronen heiß waschen und trockentupfen. Schale von 1 Zitrone abreiben. 1 EL Butterschmalz in einem Topf (oder Bräter) erhitzen. Fleisch darin rundherum kräftig anbraten. Herausnehmen.
2. 1 EL Butterschmalz im Bratfett erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer darin andünsten. Tomatenmark darin anschwitzen. Fleischwürfel zufügen. Mit Fond und Granatapfelsaft ablöschen. Piment, Sternanis und abgeriebene Zitronenschale zufügen, aufkochen und zugedeckt ca. 1 1/4 Stunden schmoren.
3. Inzwischen Granatapfel halbieren und die Kerne herausklopfen. Koriander waschen, trockenschütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Ragout mit Salz und Pfeffer abschmecken. Von 1 Zitrone die Schale mit einem Zestenreißer abziehen. Ragout auf Tellern anrichten. Mit Granatapfelkernen, Koriander und Zitronenzesten garnieren. Dazu schmecken Kartoffeln.



**Nährwerte pro Portion:**  
ca. 1930 kJ/460 kcal,  
E 43 g, F 24 g, KH 17 g

## Zutaten für 4 Personen

Zubereitung: ca. 2 Stunden

- 800 g Hirschkeule (küchenfertig, ohne Knochen)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück (ca. 30 g) Ingwerknolle
- 2 Bio-Zitronen
- 2 EL BUTARIS Butterschmalz
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Glas (400 ml) Wildfond
- 300 ml Granatapfelsaft
- 1 TL Pimentkörner
- 1 Sternanis
- 1 Granatapfel
- 10 Stiele Koriander
- Salz
- Pfeffer



## TIPP

Rote Bete ist prallvoll mit Vitaminen und Mineralstoffen und mittlerweile ein wiederentdecktes Superfood in unserer Küche. Durch seine intensive Farbe ist die Knolle auch als natürliche Lebensmittelfarbe beliebt. Wer den stark färbenden Umgang mit frischer Roter Bete meiden möchte, nimmt zum Färben von Smoothies, Joghurts oder Teig Rote-Bete-Pulver\*.

\*Im Online-Handel erhältlich

# Rosenkohl-Pilzgemüse mit Gnocchi vom Blech



1. Kloßteig und Rote-Bete-Pulver verkneten. Aus dem Teig auf einer mit Kartoffelstärke bestäubten Arbeitsfläche Rollen (ca. 2 cm dick) formen. Die Rolle schräg in Stücke schneiden und mit einer Gabel Riffel in die Teigstücke drücken. Salzwasser aufkochen. Gnocchi darin in 2 bis 3 Portionen ca. 5 Minuten ziehen lassen. Gnocchi mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.
2. Möhren schälen und in Stücke schneiden. Rosenkohl putzen, waschen und je nach Größe halbieren. Pilze putzen. Champignons je nach Größe halbieren. Je 1 EL BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Nacheinander Möhren, Rosenkohl, Pilze und Gnocchi darin 2 bis 3 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Thymian waschen und trockenschütteln. Blättchen von den Stielen zupfen und, bis auf einige zum Garnieren, hacken. Sahne und Brühe verrühren. Gehackten Thymian unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Käse reiben. Möhren, Rosenkohl, Pilze und Gnocchi auf einem Backblech verteilen. Sahnemischung darübergießen. Käse darüberstreuen. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/Umluft: 175 °C/Gas: s. Hersteller) 10 bis 15 Minuten überbacken. Rosenkohl-Pilzgemüse aus dem Ofen nehmen und anrichten. Mit übrigem Thymian und Shiso-Kresse garnieren.



**Nährwerte pro Portion:**  
ca. 2980 kJ/710 kcal,  
E 24 g, F 45 g, KH 49 g

## Zutaten für 4 Personen

Zubereitung: ca. 1 ¼ Stunden

1 Packung (750 g) frischer Kartoffelkloßteig (Kühlregal)	Pfeffer
2 1/2 EL Rote-Bete-Pulver	1/2 Bund Thymian
Salz	200 g Schlagsahne
1 Bund Möhren (ca. 500 g)	150 ml Gemüsebrühe
300 g Rosenkohl	100 g Bergkäse
300 g Champignons	Kartoffelstärke für die Arbeitsfläche
300 g kleine Kräuterseitlinge	grüne und lila Shiso-Kresse zum Garnieren
4 EL BUTARIS Butterschmalz	

## TIPP

Für die Zubereitung von Brot-, Gebäck- oder Kuchenteig sollte zimmerwarmes, weiches BUTARIS verwendet werden.

Nur für Mürbteig wird BUTARIS erst kurz vor der Verarbeitung aus dem Kühlschrank genommen. Sind die Zutaten verknetet, wird der Teig noch einmal kühl gestellt, damit er sich besser ausrollen lässt.

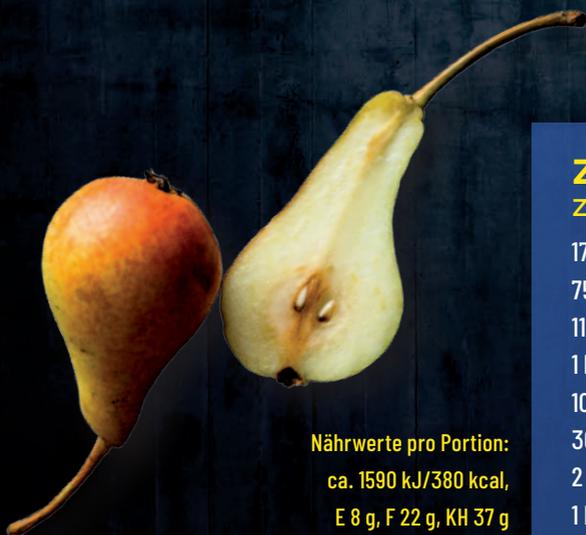


# Birnen-Tarte-Tatin



**Tipp:** Noch köstlicher schmeckt diese glutenfreie Tarte-Variante mit Vanille- oder Pistazieneis!

1. Honig, Zucker und 30 g BUTARIS Butterschmalz in einem Topf unter Rühren erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat (dabei nicht kochen lassen!). Dann die Honigmasse auf ca. 40 °C abkühlen lassen.
2. Birnen schälen, vierteln und entkernen. Die Birnenviertel längs halbieren. 100 g Puderzucker und 4 EL Wasser in einer ofenfesten Form (ca. 24 cm Ø, 4-5 cm hoch) goldbraun karamellisieren. 80 g BUTARIS Butterschmalz und Birnen zufügen, unter gelegentlichem Wenden 8 bis 10 Minuten dünsten. Abkühlen lassen.
3. Mandelmehl und Backpulver mischen, in eine Schüssel sieben. Ei und Honigmischung zufügen, mit den Knethaken des Handrührgerätes glatt verkneten. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Kreis (ca. 26 cm Ø) ausrollen und auf die Birnen legen. Überstehende Teigränder vorsichtig nach unten in die Form drücken. Im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 175 °C/Umluft: 150 °C/Gas: s. Hersteller) auf der 2. Schiene von unten ca. 25 Minuten backen.
4. Tarte Tatin aus dem Ofen nehmen und in der Form ca. 5 Minuten abkühlen lassen. Dann die Tarte aus der Form direkt auf eine Kuchenplatte stürzen. Tarte mit 1 EL Puderzucker bestäuben.



**Nährwerte pro Portion:**  
ca. 1590 kJ/380 kcal,  
E 8 g, F 22 g, KH 37 g

## Zutaten für 12-16 Stücke

Zubereitung: ca. 1 ¼ Stunden

- 175 g flüssiger Honig
- 75 g Zucker
- 110 g BUTARIS Butterschmalz
- 1 kg Birnen
- 100 g + 1 EL Puderzucker
- 300 g Mandelmehl
- 2 TL Backpulver
- 1 Ei (Größe M)



## IMMER ORIGINELL. DAS ORIGINAL.



DFF Dairy Fine Food GmbH  
Junkernstraße 5  
23909 Ratzeburg  
[www.butaris.de](http://www.butaris.de)

Konzept & Redaktion:  
UHLIG PR & Kommunikation GmbH, Hamburg  
Layout: Sloe Design, Hamburg  
Rezepte, Rezeptfotos: Food & Foto Experts Hamburg  
Ergänzende Fotos: Fotolia.de

Copyright DFF Dairy Fine Food GmbH, 2018