



Sichere
dir deinen
Kochshow-
Termin!

JANUAR 2023

Fit durch die kalte Jahreszeit

Willkommen im neuen Jahr und willkommen bei vielleicht vielen neuen Vorsätzen, die das neue Jahr erfahrungsgemäß mit sich bringt. Ob mehr Sport, das Aufgeben des einen oder anderen Lasters oder auch mehr Zeit für sich: Was auch immer deine Vorsätze sind, Pampered Chef wünscht dir einen großartigen Start in das neue Jahr.

Saisonale Familienküche im Januar



Kleines Budget – große Beute

Der Januar ist nicht nur der erste lange Monat im Jahr, hinter ihm verbergen sich so manche Jahr für Jahr wiederkehrenden Herausforderungen. Getreu unserem Motto: „Leben bereichern durch Mahlzeiten und gemeinsame genussvolle Momente“ wollen wir im Januar das Thema Brot und was es dazu Wissenswertes gibt, für dich zusammenstellen.

Mehr dazu auf Seite 3

Saisonale Familienküche im Januar

Im Januar dominieren viele saisonale Lebensmittel den Speiseplan, aus denen sich besonders preiswerte Gerichte für Familie und Freunde zubereiten lassen. Was es Wissenswertes dazu gibt, haben wir für dich zusammengestellt, bestimmt ist die eine oder andere Idee für ein genussvolles Erlebnis mit dabei.

Mehr dazu auf Seite 6

Deine Vorsätze und Möglichkeiten

Viele Stunden im Job, kein positives Feedback oder einfach nur der Wunsch, Dinge zu verändern... hast du schon einmal über mögliche Alternativen nachgedacht? Prima, denn es gibt ausreichend Möglichkeiten zu entdecken – und das ganz ohne Risiko.

Mehr dazu auf Seite 8

Genießer willkommen! Monatsaktionen im Januar

Zum Start ins neue Jahr findest Du viele tolle Aktionen für Kunden und Gastgeber, die Spaß machen und neuen Schwung in jede Küche bringen. Wir wünschen viel Freude und Erfolg!

Mehr dazu auf Seite 9



Kleines Budget - große Beute

Er ist der Meister des Ofens und unschlagbar, wenn es um leckere Gerichte und eine seiner Kernkompetenzen geht: Brot. Das Sympathische an ihm ist, dass sein Inneres ein perfektes Steinofenklima erzeugt, so dass sein Brot innen saftig und außen knusprig jedes Mal für Freude sorgt. Sein Name: **Ofenmeister**.

Der Trend ist klar, Brot selbst zu backen, ist mittlerweile nicht nur eine Preisfrage, auch für Menschen mit Nahrungsunverträglichkeiten ist es eine wunderbare Option, gesund und vor allem geschmackvoll ein leckeres Backprodukt zu genießen.

Damit dem Backgenuss nichts im Wege steht, findest du künftig in den kommenden Broschüren mehr Informationen zum Thema Brotbacken. **Sprich mich gerne dazu an!**



Das richtige Mehl

Unsere Brotvielfalt scheint unendlich und dafür sorgen unterschiedliche Mehlsorten und ihre

„Ich freue mich, dir leckere Brotideen auf einer Kochshow zu präsentieren. Übrigens kannst du den Ofenmeister sogar als Geschenk bekommen.“

Mischung. Verwendet werden zum Brotbacken hauptsächlich Weizen-, Roggen- und Dinkelmehl, die mit unterschiedlichen Typenbezeichnungen erhältlich sind.

Grundlage für die Bezeichnung der Type ist der Mineralstoffgehalt des Mehls. Wenn 100 g Mehl verbrannt werden, ist der Messwert die verbleibende Asche. Dieser Messwert wird dann zur Typennummer. Das Gewicht der Asche entspricht in etwa dem Mineralstoffgehalt des Mehls. Je höher die Typenbezeichnung, desto dunkler und mineralhaltiger ist das Mehl. Daher weisen die unterschiedlichen Mehltypen auch unterschiedliche Backeigenschaften auf.

Helle Mehle mit niedriger Typenbezeichnung sind besonders gut für Brötchen und feines Gebäck geeignet, währenddessen ein dunkleres Mehl für eher herzhaftere Backwaren steht.

Weizenmehl

Type 405 (Type W480)

Das helle & feinste Weizenmehl

Gut für elastische Teige, geht gut auf.

Anwendung:

Hefeteig, Brötchen, Kuchen und Kekse.

Type 550 (Type W700)

Hell aber etwas kräftiger

Geht gut auf und bildet eine feinporige Kruste.

Anwendung:

Brot- und Pizzateige und Kleingebäck.

Typen 812, 1050 (Type W1600) und 1600

Dunklerer Mehltyp

Für herzhaftere Teige, geht gut auf.

Anwendung:

Wie Typ 550 Brot- und Pizzateige

Weizenvollkornmehl

Sehr gut geeignet zum Brotbacken.

Anwendung:

Brot, herzhaftes Gebäck und vollwertige Kuchen.

Roggenmehl

Type 815 (Type R500)

Das hellste unter den Roggenmehlen

Herberer Geschmack.

Anwendung:

Herzhaftes Brot und Brötchen.

Typen 997 (Type R960) & 1150

Klassiker der dunkleren Mehltypen

Besonders geeignet für die Herstellung von Brot.

Anwendung:

Brot und Brötchen

Typen 1370 und 1740

Sehr dunkles Mehl

Ideal für Sauerteig- oder Mischbrote.

Anwendung:

Brot und Brötchen

Roggenvollkornmehl

Sehr gut geeignet für Sauerteig- oder Mischbrote.

Anwendung:

Dunkle Brote und Brötchen.



Dinkelmehl

Type 630

Helles Mehl

Anwendung:

Brot und Brötchen sowie Kuchen

Typen 812 und 1050

Dunklere Mehle

Allergiker aufgepasst: Typ 812 ist ein guter Ersatz für Weizenmehl.

Anwendung:

Ideal für Brot, Pizzateig, Hefengebäck.

Dinkelvollkornmehl

Nussige Variante

Dunkle Brote erhalten durch das Mehl einen nussigen Geschmack.

Anwendung:

Brot, Brötchen, Gebäck und Kuchen

Pfefferkruste

(von Katrin Klippenstein)

Zubereitung

1. Hefe und Zuckerrübensirup in Wasser auflösen
2. Mit den restlichen Zutaten zu einem Brotteig kneten und 90 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen
3. Auf der Arbeitsfläche (Teigunterlage) mit etwas Mehl zirka 10 Mal zur Mitte hin falten und anschließend zu einem Brotlaib formen
4. In den mit Mehl bestreuten **Ofenmeister** legen, die Oberfläche mit wenig! Wasser einpinseln und mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen (Menge variiert nach Geschmack)
5. Teig oben mit Mehl bestäuben und ein paar Mal einschneiden
6. Weitere 20 Minuten ruhen lassen
7. In den kalten Ofen auf die unterste Schiene stellen und bei 225 Grad Ober-Unterhitze zirka 70 Minuten backen

Aktive Zubereitungszeit 10 Minuten

Zubereitungszeit insgesamt 190 Minuten



Zutaten

- 20 g frische Hefe
- 520 g lauwarmes Wasser
- 450 g Weizenmehl Typ 550 (Type W700)
- 200 g Roggenvollkornmehl
- 100 g Dinkelmehl Typ 630
- 3 gestr. TL Salz
- 0,5 TL Pfeffer
- 1 TL Zuckerrübensirup

Für die Kruste etwas Wasser, Mehl, Salz und Pfeffer nach Geschmack



~~122 €~~*

Gastgeber-Aktion

1. - 10. JANUAR 2023

Ofenmeister im Wert
von 122 € als Geschenk
für jede Kochshow*

*Das Angebot ist gültig für Kochshows, die vom 1.–10.1.2023 gehalten und bis 10.1.2023 (vor 24 Uhr) eingegeben und abgeschickt werden. Voraussetzung für den Erhalt des Produkts Ofenmeister #1437 im Wert von 122,00 € ist ein Gästeumsatz von über 700 €.





Saisonale Familienküche im Januar

Auch in der kalten Jahreszeit gibt es leckere saisonale Lebensmittel im Programm. Diese Produkte sind meist regional erhältlich, haben daher keine langen Transportwege hinter sich und sind besonders vitaminreich.

Zu den Stars zählen vor allem viele unterschiedliche Kohlsorten und Wurzelgemüse und natürlich Kartoffeln.

Der Klassiker in der kalten Jahreszeit sind Eintöpfe und Suppen, denn sie sind nicht nur günstig und schnell zubereitet, sondern erleichtern durch ein Vorkochen und Portionieren auch so manche Kochplanung.



Kohl enthält eine Vielzahl an Vitaminen, die der Körper braucht. Dazu zählen unter anderem die Vitamine A, B, E und K ebenso wie Kalzium, Eisen und Magnesium.

Allein in 100 Gramm Weißkohl steckt die gleiche Menge Vitamin C wie in einem Glas Orangensaft. Mit gerade einmal 250 Gramm ist der Tagesbedarf an Vitamin C bereits gedeckt.



Kartoffelsuppe mit Hackfleisch und Lauch

Zubereitung

1. Kartoffeln und Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Lauch waschen und in Scheiben schneiden. Eine Handvoll Lauch zum Garnieren beiseitestellen.
2. Das Rapsöl im **Emaillierten gusseisernen Topf** erhitzen und die Zwiebeln und den Lauch darin anbraten. Hackfleisch und Kartoffeln hinzufügen und kurz anbraten. Gemüsebrühe dazu geben und 20 Minuten köcheln. Sahne und Weißwein dazugeben.
3. Mit einem Pürierstab die Suppe gründlich pürieren, den Emmentaler mit einrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Restlichen Lauch als Topping garnieren.

TIPP: Schneide den Lauch längs durch, bevor du ihn wäschst. So kannst du ihn viel einfacher zwischen den Lagen säubern.



Zutaten

- 600 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Stangen Lauch
- 3 EL Rapsöl
- 400 g Hackfleisch gemischt
- 1,2 l Gemüsebrühe
- 100 ml Sahne
- 50 ml Weißwein
- 100 g Emmentaler gerieben
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Muskat

Kartoffel-Möhren-Eintopf

(Rezept von Anna Rehberg)

Zubereitung

1. Geschälte Kartoffeln, Möhren und Lauchzwiebeln klein schneiden. Zusammen mit der Petersilie und den klein geschnittenen Cabanossi im **kleinen Zaubermeister** verteilen. Gemüsebrühe dazugeben.
2. Backofen vorheizen. Bei 220 Grad Ober- und Unterhitze mit geschlossenem Deckel zirka 40 Minuten garen. Zwischendurch Garprobe durchführen.
3. Mit dem Kartoffelstampfer 2-3 durch die Masse gehen, damit eine gute Sämigkeit entsteht.

Nach Belieben mit einem Klacks Schmand und Petersilie servieren.

TIPP: Gleich eine größere Menge zum Einfrieren zubereiten. **Zubereitung im Ofenmeister** – 2,5-fache Menge verwenden)



Zutaten

- 300 g Kartoffeln
- 250 g Möhren
- 500 ml Gemüsebrühe
- 5 Lauchzwiebeln
- 1 Cabanossi (für Vegetarier ohne Wurst)
- Petersilie
- Schmand nach Bedarf

Deine Vorsätze & Möglichkeiten

Ob Geld, Anerkennung oder Leistungsdruck, Themen gibt es viele, die den Alltag bewegen. Zeit also gerade zum Jahreswechsel, auch einen Blick in sein Ich zu werfen.

Ein positives und motiviertes Gehirn macht uns um 31 Prozent produktiver, steigert Erfolgsaussichten um bis zu 40 Prozent und sogar Symptome, die durch Stress ausgelöst werden, sinken um 23 Prozent. Klingt gut – ist es auch.

Daher ist es umso wichtiger herauszufinden, was dich täglich lächeln lässt.



Über 40.000 Berater weltweit zaubern ihren Kunden ein Lächeln ins Gesicht und freuen sich, genau dies zu tun. Vielleicht willst du auch mit dazu gehören – dann melde dich bei mir und **freue dich auf einen ganz besonderen Willkommensgruß im Januar!**



Wusstest du, dass jeder Mensch etwa 60.000 Gedanken am Tag denkt, und das weitgehend ohne, dass wir es wahrnehmen? Dennoch haben diese Gedanken eine Auswirkung, wie motiviert und erfolgreich wir sind und wie wir handeln.



Vorschau Februar

Kundengeschenk ab 85 € Einkaufswert

Valentins-Tag Aktion

Vom 1.– 10.2.2023 kannst du dich über ein ganz besonderes Kundengeschenk freuen!

Sprich mich gleich auf einen Termin an!



1.– 28.2.2023
#100688 | Kleiner Silikon-Wender im Wert von 18,00 €

Genießer willkommen!

Monatsaktionen im Januar



Gastgeber-Aktion 1. – 10. Januar 2023

Ofenmeister gratis!
Für jede Kochshow
ab Gästeumsatz über 700 €!

~~122,00 €~~
122,00 €*



Kundengeschenk 1.– 31. Januar 2023

~~16,00 €~~



Silikon Portionier- und Servierheber
#100687

ab 85 € Einkaufswert***

Kunden-Aktionen 1.– 31. Januar 2023



~~39,90 €~~
nur
34,90 €**

Kleiner Ofenzauberer plus
#100256 | 34,90 €**



~~59 €~~
nur
54,90 €**

Stoneware rund
#100044 | 54,90 €**



~~35 €~~
nur
29,90 €**

Gusseiserne
Bratpfannen Set 14 cm
#100250 | 29,90 €**

*Das Angebot ist gültig für Kochshows, die vom 1.– 10.1.2023 gehalten und bis 10.1.2023 (vor 24 Uhr) eingegeben und abgeschickt werden. Voraussetzung für den Erhalt des Produkts Ofenmeister #1437 im Wert von 122,00 € ist ein Gästeumsatz von über 700 €.

**Die Angebote sind gültig für Kochshows und Einzelbestellungen, die vom 01.–31.01.2023 gehalten und bis 31.01.2023 (vor 24 Uhr) eingegeben und abgeschickt werden.

***Das Kundengeschenk gilt für Kochshows und Einzelbestellungen, die vom 1.– 31.1.2023 gehalten und wie folgt eingegeben und abgeschickt werden: Einzelbestellungen bis 31.1.2023 (vor 24 Uhr), Kochshows bis 15.2.2023 (vor 24 Uhr). Jeder Gast bekommt max. ein Kundengeschenk. Kundengeschenke können nicht umgetauscht werden. Für den Fall, dass ein Kundengeschenk vorzeitig vergriffen ist, behalten wir uns das Recht vor, nur noch lieferbare Kundengeschenke zu liefern. Ab € 150 Gästeumsatz ist die Lieferung versandkostenfrei.

Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Nur solange der Vorrat reicht. Pampered Chef, Pampered Chef und Löffel-Design, PC und Löffel-Design sind Warenzeichen verwendet unter Lizenz. © 2023 Pampered Chef verwendet unter Lizenz.

pampered|chef

ENRICHING LIVES

one meal & one memory at a time

®

The Pampered Chef Deutschland GmbH
Am Prime Parc 4, 65479 Raunheim
Tel.: 00800-35480976 | E-Mail: info@pamperedchef.de

Pampered Chef Österreich GmbH
Simmeringer Hauptstraße 24, 1110 Wien
Tel.: 00800-35480976 | E-Mail: info@pamperedchef.at



Folge uns auf  

Wir sind ausgezeichnet!

Pampered Chef, Pampered Chef und Löffel-Design, PC und Löffel-Design sowie Löffel-Design sind Warenzeichen verwendet unter Lizenz. © 2023 Pampered Chef verwendet unter Lizenz.

