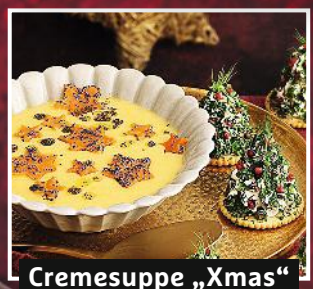
Österreich € 5,20 - Schweiz sfr 7,20 - Benelux: € 5,40 - Italien/Spanien: € 6,30

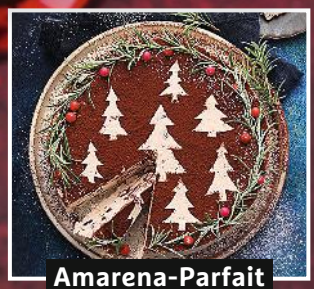
meine Familie & ich
Heft 13/2026
Deutschland € 4,49

Weihnachten

24 Traumrezepte – das Beste zum Fest!


Cremesuppe „Xmas“


Orangen-Lachs


Amarena-Parfait

Großes Extra
Schnell & preiswert kochen – mit Wochenplaner

Geschenke aus der Küche
Highlights wie Eierlikör und Mandarinen-Gelee

Tiramisu-Träume
Genial! Als Torte, Waffeln, Muffins und vom Blech

Festliche Rouladen mit Knödel-Sternen und viel Sauce

GELINGGARANTIE
Alle Rezepte neu entwickelt

Winterliche Aufläufe

Frisch aus dem Ofen – so lecker! Von Raclette-Gratin bis Pizza-Auflauf aus dem Airfryer

LIEBLINGSREZEPTE IM POCKETFORMAT!



Jetzt an Ihrer Supermarkt-kasse!

INHALT





Es duftet nach Weihnachten 15

Als Brunch, preiswertes Festessen oder Menü, das sich komplett vorbereiten lässt: Bei Xmas-Hits wie Orangen-Lachs (li.) und Milchreis-Dessert (re.) bleiben keine Wünsche offen



40 Würziges mit Winterkohl
In den Weißkohlrouladen stecken Hack und Safran

KOCHEN & BACKEN

» **10** Weihnachten:
Das Beste für Brunch & Menü

» **24** Genuss-Quartett:
Geschenke aus der Küche

» **28** Familienküche:
Winterliche Aufläufe

36 Saisonfrisch:
Gewürzküche mit Kohl

56 Kochschule:
So gelingt Käsefondue

» **60** Preiswert backen:
Genial: Tiramisu-Träume

68 Einfach kochen:
Blitzgerichte mit Pfiff

84 Gesunde Ernährung:
Kochen mit den besten Ölen

» **An diesem Symbol erkennen Sie die Titelthemen**



32 Aufläufe für jeden Tag
Zum Beispiel im Airfryer im Pizza-Style gebacken



62 Tiramisu mal anders
Dolce Vita als Torte (Foto), Muffins oder Waffeln



56 Endlich Käsefondue
Der schweizer Klassiker Schritt für Schritt erklärt


Bauernente


Rinderroulade

WILLKOMMEN IM NEUEN HEFT

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Ente oder Roulade? Wer macht das Rennen bei Familie Höger an Heiligabend? Die Entscheidung fällt mir nicht leicht – gut vorbereiten lassen sich beide Rezepte, damit ich keinen Stress in der Küche habe. Meine Lieben haben sich mehrheitlich für die Rouladen entschieden. Gute Wahl, kann ich nur sagen, denn ich durfte die zarten Röllchen bereits beim Testkochen in unserem Kochstudio probieren. Was für eine tolle Kombination mit Knödelsternen und Rahmwirsing. Und erst die Sauce, so würzig, so sämig – einfach unfassbar lecker! Ich hoffe, dass auch Sie in unserem reichen kulinarischen Angebot (ab Seite 9) das Richtige finden, um Ihre Familie zu verwöhnen. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine stimmungsvolle Adventszeit und erholsame Feiertage!



Herzlichst Ihre

GABY HÖGER Chefredakteurin

Neuer Look!



Ihr Wochenplaner schnell & gut bekommt einen neuen Platz (ab S. 47)

Eine Woche voller guter Ideen – und jetzt noch näher bei Ihnen: Unser beliebter Wochenplaner hat einen neuen Platz bekommen. Sie finden ihn ab sofort im XXL-Format in der Mitte jeder Ausgabe von „meine Familie & ich". Damit wird er Mittelpunkt des Heftes, kann aber auch weiterhin als Ihre ganz persönliche Rezeptsammlung genutzt werden: einfach heraustrennen und in Ihrem Sammelordner aufbewahren.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Planen, Kochen und Sammeln!

INHALT

TIPPS & TRENDS

6 Treffpunkt: **Die Leser-Seite mit Ihren Fragen**

23 Getränke: **Perfekte Drinks fürs Xmas-Fest**

27 Rund ums Einkaufen: **Markt-Notizen der Saison**

74 Für Sie getestet: **Fertig-Spätzle im Check**

76 Wein erleben: **Genusstour rund um Alba**

BESSER LEBEN

79 **Der große Familienratgeber für Ernährung, Gesundheit, Haushalt**

80 Gesunde Ernährung: **Welche Trendöle wertvoll sind**

90 Wissen to go: **Geheimnisse des Granatapfels**

91 Haushalt: **Profi-Zubehör für Ihre Hausbar**

92 Dekoratives: **Fest-Schmuck im Tannen-Look**

84 Grüne Seite: **So feiern Sie besonders nachhaltig**

INFOS & SERVICE

55 Besuchen Sie uns im Netz! **Newsletter, Instagram, WhatsApp**

95 Impressum & Bezugsadressen

96 Rätsel: **edle Tisch-Kerzenleuchter** zu gewinnen

97 Rezeptregister

98 **Vorschau** ins nächste Heft



Das Titelbild fotografierte Mathias Neubauer (Rezept Seite 20)

Fotos: StockFood Studios (7)/ Mathias Neubauer (4), Oliver Brachat, Thorsten Suedfels, Maike Jessen; Stockfood/ Katrin Winner; Florian Generotzky

Für *pures* Wohnvergnügen



Jetzt im Handel oder online bestellen
schoener-wohnen.de/aktuell

Ihre Seite, liebe Leserinnen & Leser



DEN TEIG WECHSELN

Wer keinen Frühlingsrollenteig zur Hand hat (gibt es tiefgekühlt im Asienladen), kann die Apfel-Röllchen auch mit Filo- oder Yufkateig zubereiten. Wer Blätterteig nimmt, rollt ihn etwas dünner aus, die Röllchen werden damit besonders luftig und buttrig.

Apple-Pie-Röllchen

EINFACH • SNACK-IDEE

Zubereitung: *35 Minuten*
Zutaten: *für 8 Stück*

2 Äpfel
2 EL Zitronensaft
40 g Rosinen
2 EL Zucker, ½ EL Zimt
2 EL gemahlene Mandeln
8 Blatt Frühlingsrollenteig (ca. 21 x 21 cm)
2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Puderzucker
nach Belieben Vanilleeis

1 Äpfel schälen, achteln, entkernen und klein würfeln. Mit Zitronensaft, Rosinen, Zucker, Zimt und Mandeln vermischen.

2 Teigblätter ausbreiten und ca. 2 EL der Füllung als Streifen auf das untere Drittel des Blattes geben. Dabei ca. 4 cm Rand an den Seiten frei lassen. Den unteren Teigrand über die Füllung schlagen, dann die Seiten zur Mitte klappen und die Blätter eng aufrollen. Dabei das obere Ende des Teiges mit Wasser bepinseln und andrücken.

3 Die Rollen mit Öl bepinseln. Die Hälfte davon mit der Nahtseite nach unten in den Airfryer-Garkorb legen. Ca. 15 Minuten bei 200 Grad backen. Übrige Rollen ebenso backen. Apple-Pie-Röllchen mit Puderzucker bestäuben und evtl. mit Vanilleeis servieren.

Pro Stück: *125 kcal*
4 g F, 12 g KH, 1 g E

NACHKOCHEN & GEWINNEN

Leserin Monika Ahlers hat das **Butter Chicken** aus Heft 10 nachgekocht. Ihr Kommentar: „So kocht die Welt: Das Rezept wurde sofort umgesetzt. Zum ersten Mal habe ich ein indisches Gericht gekocht – es ist wunderbar gelungen!"

Wenn auch Ihnen eines unserer Rezepte gefallen hat, schicken Sie ein Foto im Hochformat an **nachkochen.meine-familie-und-ich@burda.com**. Wird es veröffentlicht, gewinnen Sie ein Jahresabo von „meine Familie & ich". Sie erhalten dann 13 Ausgaben kostenlos nach Hause geliefert.

*Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise siehe Seite 95


Monikas Butter Chicken


Aus unserem Heft

FRAGEN AN DIE REDAKTION

Karina B. aus Leipzig

„Wie lange halten sich Wraps in einer geöffneten Packung?“



Im Kühlschrank ca. drei Tage. Am besten in der Originalverpackung lassen, aber gut verschließen. Alternativ die Wraps in einen großen Gefrierbeutel legen. So bleiben sie schön weich und trocknen nicht aus. Wer mehr Lagerzeit braucht, kann die Teigfladen auch gut verpackt einfrieren.

Martin C. aus Pinneberg

„Kann man statt Backpulver auch Natron nehmen?“

Ja, grundsätzlich schon – allerdings nicht im gleichen Verhältnis. Natron benötigt zudem eine saure Zutat im Teig, etwa Joghurt, Buttermilch oder Zitronensaft, damit es seine Triebkraft entwickelt. Am besten richtet man sich nach der jeweiligen Rezeptmenge und verwendet etwa die Hälfte der angegebenen Backpulvermenge an Natron.

Ursula S. aus Nürnberg

„Wie bewahre ich angeschnittene Avocados auf?“

Schnittflächen mit Zitronensaft beträufeln, luftdicht in Frischhaltefolie wickeln oder in eine gut verschließbare Dose legen. Gekühlt bleibt sie so 1–2 Tage frisch.

Das versprechen wir...

*„Alle Rezepte in **‚meine Familie & ich‘** werden von unseren Köchen und Ernährungsexperten im Kochstudio der Redaktion neu entwickelt und mehrfach getestet, bis sie perfekt gelingen und alles schmeckt!“*



Die Weihnachtsrezepte hat unsere Redaktion mit viel Liebe und Sorgfalt entwickelt und stößt mit Ihnen drauf an (v.l.): René Lange, Elke Westphal, Meike Seefeld, Karina Beste, Florian Kraft und Jutta Danzer-Thom

GELING Alle Rezepte neu entwickelt GARANTIE

Unsere **Geling-Garantie** gilt für alle Rezepte im Heft. Sollte Ihnen zu Hause ein Gericht dennoch mal misslingen, dann schicken Sie uns eine E-Mail an folgende Adresse: **gelinggarantie@burda.com**.

Als Entschädigung schenken wir Ihnen eine Ausgabe aus unserer Erfolgsreihe „meine Familie & ich“- books – vorausgesetzt, die Angaben im Rezept waren nachweislich unvollständig oder falsch.

Ihr Leserservice

Wenn Sie einen Rat brauchen:
unseren Leserservice erreichen Sie von
Montag bis Freitag: 10.00 - 12.00 Uhr
Telefon: +49 89 92502150
E-Mail: leserservice@meine-familie-und-ich.de



Unser Küchenchef René Lange

Heft verpasst?

GANZ EINFACH DEN QR-CODE MIT DEM SMARTPHONE SCANNEN UND HEFT NACHBESTELLEN!

FÜR SIE ENTDECKT

ÖL MIT WÜRZE

*Schon ein paar Tropfen des **Curry-Öls** verleihen Reis, Gemüse, Fleisch und Bowls eine exotische Würze. Auch zum Braten in Kombination mit Butter oder neutralem Öl empfehlenswert (250 ml um 6,49 €, Ölmühle Hartmann. Bezug online oder in gut sortierten Supermärkten).*



Fotos: Shutterstock/khaleddesigner; StockFood Studios/ Oliver Brachat (1), Julia Hoersch (1), Are Media (1); Flux/KI (Wraps); Ölmühle Hartmann; Monika Ahler, privat; via PR Check

Für ein langes und gesundes Leben.



Das große BRIGITTE Sonderheft
Jetzt im Handel
oder direkt bestellen auf brigitte.de/spezial

24 Traumrezepte für Ihr Festessen

Freuen Sie sich auf eine genussvolle Bescherung! Ob gemütlicher Brunch, festliche Menüs, Cocktail-Klassiker oder liebevolle Präsente aus der Küche: Bei diesen Vorschlägen bleiben keine Wünsche offen



WEIHNACHTS-BRUNCH
Von Pastinaken-Cremesuppe bis Orangen-Lachs. **Ab Seite 10**



GÜNSTIGER FEIERN
Ein Menü mit großer Wirkung, aber preiswertem Einkauf. **Ab Seite 14**



STRESSFREI SCHLEMMEN
Alle Gerichte für das Menü lassen sich gut vorbereiten. **Ab Seite 18**



COCKTAIL-KLASSIKER
Perfekt zum Anstoßen auf ein gelungenes Fest. **Seite 23**



GENUSS-GESCHENKE
Mit Liebe gemacht: Likör, Grissini & mehr. **Ab Seite 24**

Deko-Ideen für Weihnachten finden Sie auf S. 92/93

Am Vormittag festlich brunchen

Gelungener Start! Verwöhnen Sie Sie Ihre Liebsten mit einer Mischung aus Frühstück und Mittagessen



Aperitif

Glühwein-Mimosa

Mit Traubensaft und Sekt. Prickelndes für die Feststimmung

Rezept Seite 13

Herzhaft

Orangen-Lachs

Ofenhit mit feiner Würze und Brösel-Zitrus-Kruste. Entspannt vorzubereiten!

Rezept Seite 12