



Landfrauen Schwandorf e.V.

klein & fein



HERZHAFTE
HÄPPCHEN
UND SÜSSE
SNACKS



*Köstliches
aus der
Landfrauen-
küche*



Inhaltsverzeichnis

VORWORT	9
---------------	---



Herzhafte Häppchen

SALATE IM GLAS

Sommerlicher Schichtsalat	12
Rindfleischsalat	13
Italienischer Nudelsalat im Glas	14
Laugenkonfekt zu mariniertem Zucchini-Bauernsalat im Glas	15
Schweizer Wurstsalat im Glas	16
Wurstsalat im Glas mit Brezen-Kastanien	17
Kasslersalat	18
Rot-grüner Couscous-Schichtsalat	18
Bunter Nudelsalat	19
Birnen-Käse-Salat	20

ROLLEN

Lachs-Spinat-Rolle	21
Knusprige Frühlingsrollen mit Hühnchen und Chilisauce	22
Gefülltes Ciabatta – vegetarisch	24
Gefülltes Baguette	25
Hähnchen-Feta-Pfirsich-Wrap	26
Frischkäse-Wraps	27
Hähnchen-Wrap	27
Vegetarischer Wrap mit Tomate-Mozzarella	28
Schnelle Toastbrotrollen	29
Schinken-Käse-Rolle	30

ZUM SATTWERDEN

Flammkuchen	32
Brezenwürstl	33
Bolognese-Zöpfe	34
Quiche	35
Knöpfe-Muffins	36

Pizza-Muffins	37
Käsetörtchen	38
Flammkuchen-Brezen	39
Pizzasemmeln dreierlei	40
Mini-Quiche	41
Zwiebelkuchen mit Quark-Ölteig	42

DEFTIGES GEBÄCK

Pizzaschnecken aus Blätterteig	43
Pesto-Zupfbrot	44
Zucchini-Feta-Schnecken	45
Pizzastangen	46
Laugen-Zupf-Muffins	46
Deftige Windbeutel	47
Schinkenhörnchen	48
Kräuter-Knoblauch-Knoten	49
Pikante Vollkornschnellen	50
Käseschnecken	51
Knallbonbons	52
Käse-Kräuter-Hörnchen	52
Blätterteig-Stangerl	53

DIPS UND AUFSTRICHE

Dattel-Curry-Dip	54
Eiercreme	54
Avocadocreme mit Frischkäse	55
Mexikanischer Dip mit pikanten Keksen	56
Zucchini mexikanisch	57
Parmesan-Walnuss-Dip	58
Käsefüße	59
Dinkel-Hafer-Körndl-Cracker	61
Karottenbutter	61
Herzhafte Blätterteigstangen- Knusperstangen	62
Fleischsalat	62
Pesto-Frischkäse-Creme	64
Schinken-Dip	65
Pikantes Käsegebäck	65

RAFFINIERTES

Bavarian Burger	66
Hackfleisch-Muffins	67
Bayrische Nuggets mit Kartoffelsalat	68

Inhaltsverzeichnis

Partybällchen	68
Fleischpflanzerl mit	
Meerrettich-Frischkäse-Creme	70
Gefüllte Zucchinirollchen.....	71
Arancini.....	72
Hackbällchen mit Datteln.....	74
Brezenknödel-Spieße	75
Parmesan-Körbchen	
mit Tomate-Mozzarella	76
Fisch-Kartoffel-Bällchen.....	77
Gefüllte Hackbällchen	78
Wassermelonen-Bruschetta	79
Würzige Parmesansterne	80



Süße Snacks

GEBACKENES IN STÜCKEN

Heidelbeerkuchen im Glas.....	84
Party-Schokosemmeln	85
Pfirsich-Schmand-Schnitten.....	86
Pfirsichschnitten	87
Karottenkuchen	88
Lego-Kuchen	89
Waffelkuchen	90
Bienenstich	91
Zucchini-Törtchen	92
Walnusskuchen im Glas.....	93

KLEINGEBÄCK

Kokos-Würfel.....	94
Buttermilch-Cupcakes.....	95
Gefüllte Windbeutel	97
Windradln	98
Gefüllte Eierkekse.....	99
Süße Blätterteigstangen	100
Linzer Stangerl	103
Schokozungen	103
Apfel- und Quarktäschchen	104

Kleine Kuchen in der Waffel.....	105
Quark-Hörnchen	106
Schnelle Toastbrotdrollen.....	107

NACHSPEISEN

Bienenstich-Tiramisu	108
Bayerisch-Creme mit Erdbeeren.....	110
Joghurt-Stracciatella-Creme auf	
Kirschen	111
Johannisbeergrütze mit	
Quarkcreme.....	112
Tiramisu-Bällchen.....	113
Spaghetti-Eis-Kuchen im Glas.....	114
Biskuit-Schicht-Dessert.....	116
Fruchtiges Schaumkuss-Dessert	117
Himbeerbutter.....	118
Sonnenblumen-Kekse.....	119
Beeren-Limes.....	120
Pfirsich-Maracuja-Likör.....	120

TRADITIONSGEBÄCK

Omas Apfelmaultaschen.....	121
Bamberger Hörnchen.....	122
Omas Blechkuchen mit Streusel	123
Böhmische Kolatschen	124
Mohnschnecken.....	126
Mini-Nusshörnchen	127
Schwäbische Nonnenfüzle.....	128
Quarkbällchen	129
Küchel.....	130
Omas Hefehörnchen	132
Schoitenküchel	133
Nuss-Hefezopf	134
Russische Nussecken.....	135
Puddingschnecken.....	136

DANKSAGUNG	137
------------------	-----

SPONSOREN	138
-----------------	-----

ANZEIGEN.....	139
---------------	-----





Sommerlicher Schichtsalat

Beate Märkl, Kaspeltshub

Für 2 Personen

Salat:

150 g Cocktailtomaten
2 Fleischpflanzerl
100 g Fetakäse
1 Dose Mais
150 g gekochter Reis

Dressing:

150 g Naturjoghurt
1 EL Kräutersenf
Salz, Pfeffer
Frische Kräuter,
z. B. Bärlauch, Schnittlauch,
Petersilie

Die Tomaten waschen und vierteln. Die Fleischpflanzerl in kleine Stücke schneiden. Den Fetakäse grob zerbröseln. Den Mais abtropfen lassen.

Die Zutaten für das Dressing glattrühren.

Alle Zutaten nacheinander gleichmäßig in kleine Gläser schichten. Dressing darüber verteilen.

Mit halben Cocktailtomaten, Gurkenscheiben oder gehackten Kräutern garnieren.

Anstelle der Fleischpflanzerl kann man auch Braten-, Schinken- oder Wurstreste verarbeiten.





Gefülltes Baguette

Sieglinde Weiherer, Irrenlohe

1 Stangenweißbrot
(groß und breit)
4 Eier hartgekocht
1 Pack. Frischkäse
(Kräuter oder Paprika)
2 Frühlingszwiebel
Optional 1 Knoblauchzehe
4 Scheiben Salami
4 Scheiben gekochter
Schinken
2 Scheiben Käse
½ rote Paprikaschote
Petersilie, Schnittlauch und
Basilikum gehackt

Das Weißbrot aushöhlen: Dazu beide Brotenden abschneiden und mit einem langen Löffel die Brotkrume (das weiche Innere des Brotes) herauslösen. Es soll noch ein schöner Rand stehen bleiben. Die Krume mit dem Eidotter und dem Frischkäse vermischen. Dazu kommen die fein geschnittenen Frühlingszwiebeln, Petersilie, Schnittlauch, etwas Basilikum und die zerdrückte Knoblauchzehe. Salami, Schinken, Gouda und Paprika fein würfeln und untermischen. Zuletzt das gehackte Eiweiß untermengen. Mit Salz und Pfeffer und etwas Paprika nachwürzen. Die Füllung von beiden Seiten in das Brot schieben (z. B. mit einem langen Kochlöffel) und gut festdrücken. Das gefüllte Weißbrot in Folie einwickeln und für mehrere Stunden (am besten über Nacht) in den Kühlschrank legen. Zum Servieren mit einem Elektro-Messer etwa 2 cm dicke Scheiben abschneiden.

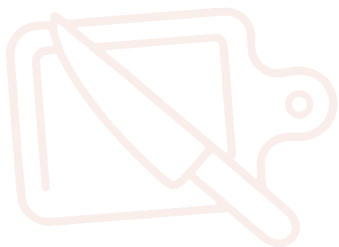


Vegetarischer Wrap mit Tomate-Mozzarella

Ingrid Raab, Wohlfest

1 Tortilla
100 g Mozzarella
1–2 Tomaten
in Scheiben geschnitten
5–6 frische Basilikumblätter
oder Rucola
Salz, Pfeffer
Balsamico-Creme

Die Tortilla auf eine saubere Arbeitsfläche legen. Mozzarella in dünne Scheiben schneiden und gleichmäßig auf der Tortilla verteilen. Die Tomaten in Scheiben schneiden und auf den Mozzarella legen. Basilikum oder Rucola auf die Tomaten geben. Mit Salz und Pfeffer nach Geschmack würzen und mit etwas Balsamico-Creme beträufeln. Wrap fest zusammenrollen, dabei die Seiten nach innen falten und aufrollen, um das Auslaufen der Zutaten zu verhindern.





Quiche

Daniela Bösl, Ruiding

Teig:

250 g Dinkelvollkornmehl
160 g Butter
1 Ei

Füllung:

250 g Schinkenwürfel
1 Stange Lauch
250 ml Sahne
4 Eier
1 EL Gemüsebrühe
Salz
Pfeffer
Muskat
50 g Parmesan

Für den Teig alle Zutaten verkneten, in Folie einwickeln und 1 Stunde kaltstellen. Lauch und Schinkenwürfel anbraten. Den Teig ausrollen und in eine gefettete Kuchenform legen.

Sahne, Eier und Gewürze vermengen.

Lauch und Schinken in die Form füllen, mit der Sahne auffüllen und mit Parmesan bestreuen. Bei 180 °C Umluft ca. 20 Minuten backen.





Pizza-Muffins

Gisela Mulzer, Klardorf

Teig:

300g Mehl
½ Würfel frische Hefe
2 TL Salz
1 TL Honig
2 EL Olivenöl
150 ml Wasser lauwarm

Pizzasauce:

1 Dose passierte Tomaten
1 Paprika klein geschnitten
1 Zwiebel gewürfelt
1 TL Pizzagewürz
Salz, Pfeffer

Füllung nach Belieben:

Z. B. Champignons, Mais,
Schinkenwürfel, Oliven

Etwas geriebener Käse

Alle Teigzutaten miteinander verkneten und den Teig an einem warmen Ort zugedeckt 30 Minuten gehen lassen. Zwiebeln und Paprika anschwitzen.

Die passierten Tomaten und die Gewürze dazugeben, abschmecken. Die Soße 20 Minuten köcheln lassen. Den Teig ausrollen und mit einem bemehlten Glas runde Teiglinge ausstechen. Die Teiglinge anschließend in die gefettete oder mit Papier ausgelegte Muffinform geben. Pizzasauce auf den Teig geben. Anschließend die Muffins nach Belieben füllen und etwas Käse darüberstreuen. Bei 180 °C für ca. 20 Minuten backen.





Waffelkuchen

Anita Bollinger, Turesbach

Biskuit:

4 Eier
6 EL Wasser
200 g Zucker
200 g Mehl
1 Päckchen Vanillezucker
1 Päckchen Backpulver

Füllung:

250 g Palmin-Kokosfett
250 g Puderzucker
40 g Kakao
Waffelplatten (erhältlich in
größeren Supermärkten
oder einer Waffelfabrik)

Eier schaumig schlagen, langsam Zucker einrieseln lassen. Wasser zugeben und Vanillezucker. So lange aufschlagen, bis eine schaumige Masse entsteht. Mehl und Backpulver nach und nach unterheben. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben.

Bei 180 °C ca. 20 Minuten backen. In der Zwischenzeit die Füllung herrichten. Palmin erwärmen, bis es flüssig ist. Puderzucker und Kakao sieben und nach und nach unterrühren. Etwas erkalten lassen.

Biskuit nach dem Backen auf ein weiteres mit Backpapier ausgelegtes Backblech stürzen und die Hälfte der Füllung darauf verteilen. Die Waffel mit der glatten Seite draufsetzen. Mit Hilfe eines Backblechs wenden. Die restliche Füllung verteilen und Waffelplatte draufsetzen. Einen Backrahmen drumherum stellen und von oben flächig beschweren, damit der Kuchen gleichmäßig zusammenklebt. Kühlstellen. Mit einem scharfen Messer in Stücke schneiden.

Joghurt-Stracciatella-Creme auf Kirschen

Irmgard Segerer, Grain

1 Glas Sauerkirschen
3 Blatt Gelatine
100 g geraspelte
Schokolade
200 ml Sahne
400 g Naturjoghurt
1 EL Vanillezucker
50 g Zucker
Minzblätter

Kirschsafft erhitzen und die eingeweichte Gelatine darin auflösen. Zusammen mit den Kirschen in Dessertgläser geben. 1 Stunde im Kühlschrank fest werden lassen. Sahne steif schlagen, die restlichen Zutaten unterheben. In die gekühlten Gläser füllen. Mit Kirschen, Schokoraspeln und Minzblättern dekorieren.





Mini-Nusshörnchen

Anna Pirzer, Klardorf

300 g Mehl
200 g Butter
200 g Doppelrahmfrisch-
käse
60 g Zucker
60 g brauner Zucker
100 g gemahlene
Haselnüsse
1 TL Zimt
Zitronenabrieb

Aus Mehl, Butter und Frischkäse einen glatten Teig kneten. In Frischhaltefolie wickeln und mindestens 2 Stunden oder besser über Nacht in den Kühlschrank stellen. Beide Zuckersorten, gemahlene Haselnüsse, Zimt und Zitronenabrieb in einer Schüssel mischen. Den Teig vierteln und jedes Teil zu einer Kugel formen. Etwas Haselnuss-Zucker-Mischung auf die Arbeitsplatte streuen und je eine Teigkugel darauf zu einer runden Platte mit ca. 25 cm Durchmesser ausrollen. Dabei immer wieder wenden, damit nichts klebt. Anschließend in 16 Teile schneiden und zu Hörnchen rollen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen und im vorgeheizten Backofen ca. 12 Minuten bei 175 °C Ober-/Unterhitze backen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.
ISBN 978-3-89251-560-9



Für uns, die Battenberg Bayerland Verlag GmbH mit all ihren Imprint-Verlagen, ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Teil unserer Unternehmensphilosophie. Daher achten wir bei allen unseren Produkten auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien. Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt. FSC (Forest Stewardship Council®) ist eine nicht staatliche, gemeinnützige Organisation, die sich für die verantwortungsvolle und ökologische Nutzung der Wälder unserer Erde einsetzt.

Unsere Partnerdruckerei kann zudem für den gesamten Herstellungsprozess nachfolgende Zertifikate vorweisen:

- Zertifizierung für FOGRA PSO
- Zertifizierungssystem FSC®
- Leitlinien zur klimaneutralen Produktion (Carbon Footprint)
- Zertifizierung EcoVadis (die Methodik besteht aus 21 Kriterien in den Bereichen Umwelt, Einhaltung menschlicher Rechte und Ethik)
- Zertifikat zum Energieverbrauch aus 100 % erneuerbaren Quellen
- Teilnahme am Projekt „Grünes Unternehmen“ zum Schutz von Naturressourcen und der menschlichen Gesundheit

Die Battenberg Bayerland Verlag GmbH und ihre Imprint-Verlage sehen das gesetzliche Urheberrecht als Basis ihrer Zusammenarbeit mit Autorinnen und Autoren. Vielen Dank, dass Sie eine legale Ausgabe dieses Buches gekauft haben und die Gesetze zum Schutz des geistigen Eigentums anerkennen, indem Sie keinen Teil davon ohne Genehmigung unzulässig kopieren, scannen oder verbreiten. So unterstützen Sie unsere Autorinnen und Autoren und wir als Verlag haben die Möglichkeit, weiterhin Bücher für alle zu veröffentlichen. Systeme und Technologien der künstlichen Intelligenz dürfen Bestandteile des Buches in keiner Weise verwenden oder reproduzieren, auch nicht für Trainingszwecke. In Übereinstimmung mit Artikel 4(3) der Richtlinie über den digitalen Binnenmarkt 2019/790 nimmt die Battenberg Bayerland Verlag GmbH dieses Werk ausdrücklich von der Ausnahme für Text- und Data-Mining aus. NO TDM.

Rezeptfotos: Renate Koller, Nittenau, und Johann Zitzler, Teublitz

Icons: Adobe Stock

Satz & Layout: Regina Schindler

1. Auflage 2026

ISBN 978-3-89251-560-9

Alle Rechte vorbehalten!

© 2026 Bayerland Verlag in der

Battenberg Bayerland Verlag GmbH · Pfälzer Straße 11 · 93128 Regensburg

Unser komplettes Buchprogramm finden Sie unter:

www.battenberg-bayerland.de

Fragen zum Buch? Direkt an produkt@battenberg-bayerland.de





ÜBER 100 LIEBLINGSREZEPTE DER SCHWANDORFER LANDFRAUEN

Ob für das nächste Familienfest, die gemütliche Brotzeit oder die kleine Nascherei zwischendurch – mit ihrem Kochbuch **klein & fein** laden die Schwandorfer Landfrauen zu einer kulinarischen Entdeckungsreise ein.

Von herzhaften Häppchen über aromatische Aufstriche und kreative Salate bis hin zu süßen Snacks – hier kommen Genießerinnen & Genießer voll auf ihre Kosten.

Mit verständlichen Rezeptbeschreibungen, anregenden Bildern und einer großen Portion Leidenschaft für gutes Essen ist das Buch **klein & fein** ein Schatz für alle, die ihre Gäste gern mit neuen Ideen überraschen – und dabei Wert auf Qualität, Regionalität und Tradition legen.

Dieses Buch ist ein ehrenamtliches (Herzens-)Projekt der Landfrauen. Ihr daraus gewonnener Erlös kommt sozialen Projekten und Familien in unserer Region zugute.



Heimat
battenberg
bayerland



BAYERLAND
ist eine Marke der Battenberg
Bayerland Verlag GmbH



9 783892 515609

24,90 € [D]