

Crema catalana ist die klassische katalanische Dessertcreme aus Milch, Eigelb, Zucker und Speisestärke. Zimt sowie Zitronen- und Orangenschale geben ihr ihr typisches Aroma. Kurz vor dem Servieren wird die Oberfläche mit Zucker bestreut und zu einer dünnen, knackigen Karamellkruste gebrannt.

Crema catalana für 4 Personen

Zutaten

- 500 ml Vollmilch
- 4 Eigelb (Größe M)
- 100 g Zucker
- 20 g Speisestärke
- 1 Stück unbehandelte Zitronenschale
- 1 Stück unbehandelte Orangenschale
- 1 kleine Zimtstange
- 4 EL feiner weißer Zucker zum Karamellisieren

Zubereitung

1. Etwa 400 ml Milch mit Zitronen- und Orangenschale sowie der Zimtstange langsam erhitzen. Sobald die Milch heiß ist, vom Herd nehmen und 10 Minuten ziehen lassen. Die Gewürze anschließend entfernen.
2. Die restlichen 100 ml kalte Milch mit der Speisestärke glatt rühren. Eigelb und Zucker in einer Schüssel verrühren, bis sich beides verbunden hat. Die Stärkemilch einrühren.
3. Die heiße aromatisierte Milch langsam unter ständigem Rühren zur Eigelbmischung geben. Alles zurück in den Topf gießen.
4. Die Creme bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren erhitzen, bis sie deutlich bindet und erste Blasen aufsteigen. Danach noch etwa 1 Minute bei kleiner Hitze rühren. Nicht unbeaufsichtigt kochen lassen.
5. Die Creme sofort in vier flache, hitzebeständige Schalen füllen. Direkt auf der Oberfläche mit Backpapier oder Folie abdecken, damit keine Haut entsteht. Erst auf Zimmertemperatur abkühlen lassen und anschließend mindestens 3 Stunden kalt stellen.
6. Erst unmittelbar vor dem Servieren die Abdeckung entfernen, die Oberfläche bei Bedarf trocken tupfen und dünn mit Zucker bestreuen. Mit einem Handgasbrenner gleichmäßig karamellisieren, bis eine geschlossene, knackige Kruste entsteht.

Wichtig: Crema catalana wird auf dem Herd gebunden. Anders als Crème brûlée benötigt sie weder Sahne noch ein Wasserbad im Ofen.

Rezeptredaktion und Quellen

Rezeptredaktion: Kochwerkstatt Wiesbaden. Fachlich überarbeitet am 13. August 2026. Die traditionelle Einordnung und die Grundrelation der Zutaten orientieren sich an der katalanischen Küche sowie an der offiziellen Tourismusinformation Kataloniens.

Quellen zur Einordnung: [Catalunya.com: Crema Catalana - traditional Catalan dessert](https://www.catalunya.com/en/food-and-drink/crema-catalana) und [Wikipedia: Crema catalana](https://de.wikipedia.org/wiki/Crema_catalana).

Hier findest du das Rezept für unsere Creme Brûlée aus dem Kochkurs „[Crossover – Rundum die Welt](#)“

Creme Brûlée

Zutaten:

150 ml Milch
90g Zucker
1 TL Vanillemark
300 ml Sahne
150g Eigelb
90g Sahne

Zubereitung:

Die Milch, den Zucker, die Vanille und 300 ml Sahne aufkochen.

Die 90g Sahne und die 150g Eigelb in eine große Schüssel geben. Die Kochende Flüssigkeit unter ständigem Rühren in die Schüssel zu den restlichen Zutaten hinzufügen.

Die Masse in Feuerfeste Portionsschalen abfüllen, auf ein Bleche stellen und bei 90 Grad Hitze für 45-60 Minuten in den Ofen schieben.

Anschließend auskühlen lassen.

Kurz vor dem Servieren mit braunem Zucker ab streuen und flambieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept von unserem Cole Slaw aus dem Kochkurs „[Streetfood](#)“

Cole Slaw

Zutaten:

1 Stk. Weißkohl
3 Karotten
300g Mayonnaise
50g Weißweinessig
25 g Zucker
15g Salz

Zubereitung:

Den Weißkohl vierteln und den Strunk entfernen. Die Karotte Schälen und ebenfalls den Strunk abschneiden.

Beides dann auf einer Groben reibe Raspeln.

Mit den Restlichen Zutaten mischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept von unseren Churros mit Schokoladensoße aus dem Kochkurs „[Spanische Tapas](#)“

Churros mit Schokoladensoße

Churros Brandteig:

420 ml Wasser
130 g Butter
260 g Mehl
4 Eier

Zubereitung:

Wasser und Butter in einem Topf zum Kochen bringen, das Mehl auf einmal hinzugeben, mit einem Holzlöffel rühren bis keine Klumpen mehr da sind und der Teig abgebrannt ist, -es bildet sich eine weiße Haut am Topfboden.

Hierbei Aufpassen, das der Teig nicht anbrennt und ggf. die Hitze reduzieren.

Den Teig etwa 10 min auskühlen, anschließend aufrühren, und Nach und nach die Eier einrühren. Den Teig in einen Spritzbeutel mit Sterntülle geben und in einen Topf mit etwa 170 Grad heißem Pflanzenfett ca. 10 cm lange Teiglinge spritzen.

Wenn sie Gold- Braun sind, herausnehmen und auf etwas Küchenpapier entfetten, anschließend

durch Zimt und Zucker wälzen.

Schokoladensoße:

300g Zartbitterschokolade

200g Sahne

100g Milch

50g Zucker

Zubereitung:

Sahne, Milch und Zucker in einem Topf zum Kochen bringen.

Anschließend vom Herd nehmen.

Schokolade hacken und in den Topf geben, 5 Minuten warten, durchrühren und servieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du unser Rezept für das Chimichurri aus unseren [Grillkursen](#)

Chimichurri

½ Bund Petersilie

¼ Bund Koriander

Saft von einer Zitrone

1-3 grüne Chilis, je nach Größe und gewünschter Schärfe

2 Knoblauchzehen

Salz

Pfeffer

Olivenöl

Zubereitung:

Petersilie und Koriander von den Stielen zupfen, Knoblauch schälen und halbieren, Chilis etwas kleiner schneiden.

Alles in einen Mixer geben mit Salz, Pfeffer und Zitrone abschmecken.

Olivenöl hinzugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Chimichurri passt hervorragend zu gegrilltem Rindfleisch, aber auch zu Baguette, Ofenkartoffeln, Garnelen und vielem mehr.

Durch das würzig - frische Aroma lässt es sich sehr vielfältig kombinieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept für das Caesar Dressing aus unserem Kochkurs [„Streetfood“](#)

Cesar Dressing

6 Eigelb
40g Himbeeressig
25g Zitronensaft
2 Zehen Knoblauch
50g Senf
85g Sahne
100g Schmand
10g Sardellen
25g Worcestershiresauce
25g Zucker
95g Parmesan
Pfeffer

Zubereitung:

Alle Zutaten in einen Messbecher geben und gut Mixen.

150g Olivenöl & 150g Pflanzenöl mischen und unter ständigem Mixen langsam in das restliche Dressing einlaufen lassen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept zu unseren türkischen Bauernsalat aus der Kochkurs [„Osmanische Küche“](#)

2 Paprika

3 Tomaten

1 Rote Zwiebel

1 Granatapfel

1 bund Frühlingslauch

1 Gurke

1 Zitrone

Petersilie

Sumak

2-3 EL Granatapfelsirup

Chilipulver

Zubereitung:

Paprika, Tomaten, Gurke und Zwiebel in feine Würfel schneiden. Den Frühlingslauch in feine Ringe schneiden, die Granatapfelkerne auslösen.

Alles mischen und mit Salz, Pfeffer, Chilipulver, Sumak, Granatapfelsirup und Zitronensaft nach Belieben abschmecken.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du das Rezept von unserem Apfelstrudel aus dem [Kochkurs Heimatliebe](#)

Apfelstrudel

Strudelteig

Zutaten:

150ml warmes Wasser

250g Mehl

13g Öl

1 Prise Salz

Zum Bestreichen:

2 Eigelb

2 EL Milch

Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig verkneten, bis er nicht mehr klebt. Anschließend in Folie gewickelt ca. 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Zum bestreichen 2 Eigelb und 1 EL Milch verrühren und vor dem backen auf den fertigen Strudel streichen.

Strudelfüllung

Zutaten:

6 große Äpfel, hier empfiehlt sich eine mehligke, saure Sorte zum Backen

100g Rosinen

50 g Rum

75g Brauner Zucker

1 TL Zimt

50g Semmelbrösel

Zubereitung:

Die Rosinen im Rum einlegen. Die Äpfel schälen und in dünne Scheiben hobeln.

Alle Zutaten miteinander vermengen, hierbei aufpassen, dass die Apfelscheiben nicht so vermatscht werden.

Den Strudelteig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn und Rechteckig ausrollen, anschließend auf ein bemehltes Tuch legen und vorsichtig mit dem Handrücken unter den Teig gehen und diesen so dünn ausziehen, dass man Zeitung durchlesen könnte.

Anschließend die Füllung auf die untern zwei Drittel geben. Nun werden links und rechts die Seiten zugeschlagen und der Strudel von unten nach oben mit Hilfe des Tuches aufgerollt. Anschließend auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben, mit Eigelb und Milch bestreichen und im vorgeheiztem Backofen bei 210 Grad ca. 20 Minuten backen.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du unser Rezept für den gegrillten Caesar Salad vom Grill aus unseren [Grillkursen](#)

Caesar Salad vom Grill

Zutaten:

3 Stück Römervalat Herzen geviertelt, gegrillt, gewürzt

200g Kirschtomaten halbiert
8 Scheiben Weißbrot/ Baguette in Knoblauch und Olivenöl geröstet
Salz, Pfeffer, Knoblauch Olivenöl
Parmesan

Zutaten Caesar Dressing:

2 Eigelb
2 EL Himbeeressig
1-2 EL Zitronensaft
2 Zehen Knoblauch
1 EL Dijon Senf
45g Olivenöl
200g Schmand
45g Pflanzenöl
30g geriebenen Parmesan
8 Sardellenfilets
1 EL Kapern
1 Prieser Zucker
Frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Alle Zutaten, außer das Öl in ein hohes Gefäß geben, mit dem Mixstab fein pürieren und nach und nach unter ständigem Mixen das Öl einlaufen lassen. Eventuell mit Salz, Pfeffer und Zitrone nachschmecken.

Auf einem Teller den Gegrillten Salat, die halbierten Kirschtomaten und das geröstete Brot anrichten. Etwas Dressing angießen und Parmesan darüber hobeln.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82

Hier findest du unser Rezept für die Sticky Kokos mit Mango aus dem [Kochkurs Asiatische Küche](#)

Zutaten (für 4 Portionen):

200 g Klebreis (auch als Süßreis oder Sticky Rice bekannt, rundkörnig und klebrig nach dem Dämpfen)
400 ml Kokosmilch (idealerweise aus der Dose, ohne Zusätze)
100 g Zucker (am besten Rohrzucker oder Palmzucker für den authentischen Geschmack)
1/4 TL Salz
1 TL Stärke (z. B. Maisstärke, optional – für ein samtigeres Topping)
1 TL Vanilleextrakt (optional, für zusätzliche Geschmackstiefe)
Frisches Obst wie Mango, Banane oder Papaya (optional, aber eine tolle Ergänzung)

Zubereitung:

- 1. Reis einweichen:** Den Klebreis in einer Schüssel mit kaltem Wasser bedecken und mindestens 2 Stunden, besser über Nacht, einweichen lassen.
- 2. Reis dämpfen:** Den Reis abgießen und in einem Dämpfeinsatz oder Bambusdämpfer über kochendem Wasser ca. 20-30 Minuten dämpfen, bis er weich und klebrig ist. Nicht im Wasser kochen!
- 3. Kokosmilch zubereiten:** Während der Reis dämpft, die Kokosmilch in einem Topf erwärmen (nicht kochen!). Zucker, Salz und Vanilleextrakt einrühren, bis sich alles aufgelöst hat.
- 4. Kokosmilch andicken (optional):** Falls du die Kokossauce etwas cremiger möchtest, etwa 100 ml der Kokosmilch abnehmen und mit der Stärke glatt rühren. Diese Mischung unter Rühren wieder zur warmen Kokosmilch geben und leicht erhitzen, bis sie leicht andickt. (Nicht aufkochen!)
- 5. Reis mit Kokosmilch vermengen:** Den gedämpften Reis in eine Schüssel geben. Etwa 2/3 der warmen Kokosmilch (ohne den angedickten Teil) über den Reis gießen, gut vermengen und 15-20 Minuten ziehen lassen, damit der Reis die Flüssigkeit aufnimmt.
- 6. Servieren:** Den Kokosreis in Schalen anrichten, mit dem restlichen angedickten Kokosmilch-Topping übergießen und mit frischen Früchten wie Mango, Banane oder Papaya servieren.

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82