

Hallo Herbst! 10 Lieblingsrezepte im September mit Wohlfühlfaktor



Und zack ... da war der Sommer vorbei und es ist Herbst. So schnell vergeht die Zeit und auch der September ist schon wieder rum. Einer der schönsten Monate des Jahres - tagsüber scheint die Sonne in voller Pracht und abends kann man sich gemütlich mit seiner Woldecke einmummeln. Aber das heißt auch, mal lüstet es einem nach erfrischendem Eis und dann wieder nach wärmendem Chili.

Unsere liebsten Wohlfühlrezepte aus dem September haben wir wieder auf Foodblogs und bei Instagram aufgestöbert - und die besten 10 für dich in einer hübschen Liste aufgereiht:

Ingwer-Bananenbrot mit Walnuss-Crumble

Patricks Devise lautet: "Jede Jahreszeit braucht ein eigenes Bananenbrot." Sehen wir genauso. Und was passt zum Herbstanfang besser als ein Bananenbrot, das nicht einfach verführerisch süß ist, sondern auch mit einem bunten Strauß an Gewürzaromen daherkommt? Zimt, Muskatnuss, Vanille und Ingwer - das ultimative Herbstquartett sorgt für wohlwarme Noten und das kleine Quäntchen Würze. [Zum Rezept](#)



[Ingwer-Bananenbrot](#) © Patrick Rosenthal | Ich machs mir einfach

Asiatischer Apfel-Kohlrabi-Salat mit Miso-Dressing

Herbstzeit ist Kohlzeit. Du könntest dir natürlich eine altbekannte Suppe kochen. Oder du probierst mal etwas Neues - und verwandelst deinen Kohlrabi in einen knackigen Salat. Zusammen mit Äpfeln, Sesam und Chili. Aber die eigentliche Besonderheit von Elles Salat: das japanische Miso-Dressing. Das Dressing ist schnell zusammengerührt und sorgt für eine würzige Note, die dich mit jedem Bissen auf die Insel in Fernost versetzt. [Zum Rezept](#)

Hallo Herbst! 10 Lieblingsrezepte im September mit Wohlfühlfaktor



Asiatischer Apfel-Kohlrabi-Salat © Elle Teuscher | Elle Republic

Rohe Himbeer-Zitronen-Minze-Schokoladenriegel

Nicht noch so eine sündhafte Verführung! Von wegen. Was so sündhaft aussieht, ist halb so schlimm. Denn Majas Riegel kommen ohne zusätzlichen Zucker aus, sind vollgepackt mit Haselnüssen, Cashewkernen, Datteln und Himbeeren und dazu noch vegan und glutenfrei. Eine Sache stimmt aber doch: Die kleinen Riegel sind sündhaft gut im Geschmack! [Zum Rezept](#)



Rohe Himbeer-Zitronen-Minze-Schokoladenriegel © Maja Redlin

Chili con Carne mit Kaffee und dunklem Bier

Jeder hat so seine eigene Variante - die Rede ist von Chili con Carne. Mit oder ohne Kaffee, mit Rotwein oder ohne. Es gibt zahlreiche Varianten. Und auch Ina hat ihr ultimatives Rezept gefunden. Bei ihr gehört der Kaffee mit in den Topf und statt Rotwein nimmt sie einfach Schwarzbier. Schön würzig wird es dank Merkén - einer chilenischen Gewürzmischung aus Salz, geräuchertem Chili und Koriander. [Zum Rezept](#)

Hallo Herbst! 10 Lieblingsrezepte im September mit Wohlfühlfaktor



Chili con Carne mit dunklem Bier und Kaffee © Sabrina Speck | Ina is(s)t

Mini-Guglhupf mit Orange und Joghurt

Schon mal etwas von Clean Baking gehört? Nein? Dann wird es aber Zeit. Denn wer nicht auf seine Naschereien verzichten möchte, aber bewusster genießen und vielleicht auch etwas auf seine Linie achten möchte, der sollte sich mal an cleanen Cookies und Kuchen versuchen. So wie Malte. Seine kleinen Gugls sind der perfekte kleine Snack, wenn dich der Heißhunger auf Süßes überkommt. Und da sie ohne raffinierten Zucker oder auch weißes Weizenmehl auskommen, darfst du dir gerne auch einen zweiten gönnen. Zum Rezept



Mini-Guglhupf mit Orange und Joghurt © Malte Adrian | Maltes kitchen

Polentawaffeln

Hast du es auf den ersten Blick erkannt? Nadins Waffeln sind herzhaft. Denn als Basis für ihren Teig verwendet sie Polenta, also Maisgrieß. Salz, Pfeffer und Oregano finden ebenfalls ihren Weg in die Teigschüssel. Das Ergebnis: Fluffige Waffeln, die nach einem würzigen Dip rufen! Am besten mit Quark, Schnittlauch und Frühlingszwiebeln. Da kann man seine Waffeln statt mit heißen Kirschen auch ruhig mit Cocktailtomaten garnieren. Zum Rezept

Hallo Herbst! 10 Lieblingsrezepte im September mit Wohlfühlfaktor



Polentawaffeln © Nadin Hiebler | Die Glückmacherei

Bergpfirsich-Vanille-Weißwein-Sherbet

Wie man die letzten Sonnenstrahlen des Sommers einfängt? Ganz einfach. Mit ein paar frischen Weinberpfirsichen. Pur sind sie ein Genuss, als spritziges Sherbet aber ein Hochgenuss. Für einen runden Geschmack rührt Sarah noch Zitrone, Weißwein und Vanille mit unter die Eismasse. Für das gewisse Extra Cremigkeit sorgt Sahne. [Zum Rezept](#)



Bergpfirsich-Vanille-Weißwein-Sherbet © Sarah Renziehausen | feiertäglich

Die schönsten Rezepte von Freunden & Followern

Wir haben uns durch die Bildergalerien bei Instagram geklickt und unsere Springlane-Herzen haben mal wieder dreifache Hüpfen gemacht. Von süß bis herzhaft, auch im September wurden wieder viele, viele unserer Rezepte nachgekocht und nachgebacken.

Du möchtest auch einmal bei unseren Monatslieblingen im Magazin oder bei unseren Freitags-Favorites auf Instagram gefeiert werden? So geht's: Einfach eines unserer Rezepte nachmachen, deine Kreation bei Instagram hochladen und mit diesem Hashtag versehen.



Das ist unser Lieblingsrezept aus Instagram im September:

Zitronen-Zauberkuchen

[Das Rezept zum Nachlesen](#)