

10/2013
€ 3,60

GUSTO

Das österreichische Kochjournal

www.gusto.at

Alles über den legen-
dären Gemischten Satz

WIENER
WEIN

Jetzt zugreifen

Gesundes vom Kürbis
Erntedank-Menü

Wild kochen

Hirsch für Feinschmecker:
Braten, Ragout und Roulade

Süße Verführung

Köstliche Trüffeltorte
Böhmisches Schmankerln
Einfache Kuchen

Unterwegs im Innviertel

Lokale, Produzenten
und tolle Rezepte



Auf zum Oktoberfest
O'zapft is!

12 Seiten Spezial: Schlemmen wie auf der Wiesn.
Knusprige Schweinsstelze, Weißwurstgröstl,
Obazda mit Brezen, Spanferkelbraten & vieles mehr.



ÖSTERREICHS NR. 1 ANTI-FALTEN PFLEGE* –
UND IHR ALTER BLEIBT
EIN GEHEIMNIS.

Q10 + KREATIN
FÜR SICHTBARE FALTENMILDERUNG
IN NUR 4 WOCHEN.





INTERN

Liebe Leserinnen und Leser!

Wenn Sie das Coverbild betrachten, lacht Ihnen eine besonders knusprige Schweinsstelze begleitet von einer herrlichen Maß Bier entgegen. O'zapft is! Unter dem Motto Schlemmen wie auf der Wiesn haben wir für Sie Spanferkelbraten, gefüllten Leberkäse, Weißwurstgröstl, Obazda und Brezen vorbereitet. Wir haben alle Schmankerln probiert und waren begeistert. In diesem Sinne: oans, zwoa ...

Dem Erntedank huldigen wir mit einer nicht weniger gehaltvollen, aber umso köstlicheren Menüfolge. Eine cremige Maissuppe, ein im Ganzen gebratener Truthahn und eine süße Kürbistarte sind genau das Richtige für ein Fest in geselliger Runde. Da uns Ihr Wohlbefinden besonders am Herzen liegt, dürfen auch in diesem Heft die feinen Gemüsegerichte nicht fehlen. Wir haben dabei an den preiswerten Kürbis gedacht und zeigen Ihnen wie man Hokkaido-, Butternuss- und Muskatkürbis besonders schmackhaft verarbeitet. Für unsere Serie „Wenn Profis kochen ...“ haben wir dem Restaurant Traube in Bad Tatzmannsdorf einen Besuch abgestattet und Küchenmeister Helmuth Gangl um eine Speisenfolge gebeten. Klassisch geht es in der Mehlspeisküche zu. Wir haben in Großmutters Kochbuch geblättert und sind bei Topfenknödeln, Nussnudeln, Kaiserschmarren und Preiselbeertascherln fündig geworden. Apropos süß: Die einfachen Kuchen sollten Sie keinesfalls überblättern, denn sie sind garantiert eine Sünde wert.

Viel Spaß beim Lesen, Kochen
und Genießen
wünscht Ihnen Ihr

Wolfgang Schlueter
Chefredakteur

ABKÜRZUNGEN

EL = Esslöffel (ca. 15 ml), TL = Teelöffel (ca. 5 ml), MS = Messerspitze,
kcal = Kilokalorien, EW = Eiweiß, KH = Kohlenhydrate, BE = Broteinheit, Chol. = Cholesterin



Grafiker Markus Kainz findet Entspannung bei körperlicher Betätigung.



CR Wolfgang Schlueter hat nach der zweiten Maß alles im Griff. Stylist Franz Karner ist eine wertvolle Stütze.



Barbara Haiden und Barbara Knapp kümmern sich indes um die letzten Seiten.



64 Marokko: Rezepte wie aus 1001-Nacht.



56 Kürbis: Das Must-Eat im Herbst.



12 Erntedank

Genießen wie in den USA: So gut schmecken Maissuppe, Truthahn und Kürbistarte.



96 Profisache: Helmuth Gangl kocht uns in den siebten Himmel.



46 Blitzschnell: Genuss in nur 20 Minuten.



38 Tradition: süße böhmische Klassiker.



REZEPTE

KOCHEIN IM OKTOBER 6

- 8** Rote Rüben:
Geschmorte Rote Rüben
Rote Rüben mit Zwetschken
- 12** Erntedank:
Maiscremesuppe
Gebratener Truthahn
Kürbistarte

Coverstory

OKTOBERFEST 18

- 20** O'zapft is:
Gefüllter Leberkäse
Weißwurstgröstl
Spanferkel-Bratel
Saure Brezenknödel
Brezen; Obazda
Knusprige Schweißstelze

KLASSIK & TRADITION 32

- 34** Wild auf Wild:
Hirschnuss mit Mandelbällchen
Hirschroulade mit Grießknödeln
Hirschragout mit Speck
- 38** Böhmisches Erbe:
Topfenknödel mit Trauben
Kaiserschmarren mit Karamelläpfeln
Preiselbeertascherln mit Mohnbutter
Nussnudeln mit Birnenkompott

SCHNELLE KÜCHE 44

- 46** Blitzschnell zum Genuss:
Welsfilet mit Mandelkruste
Salat Cäsar
Fenchelsuppe mit Radicchio
Bohnen-Chili mit Thymian
Pappardelle mit Champignons
- 52** Kinder kochen:
Fischspieße mit Nussreis

LEICHT & GESUND 54

- 56** Kein Herbst ohne Kürbis:
Kürbis mit Mangold-Brotfülle
Kürbis mit Grapefruits und Reis-Laibchen
Kürbistarte mit Haselnüssen
Hokkaido mit Honig und Chili

18 O'zapft is

Wir holen uns das
Oktoberfest nach Hause.

INTERNATIONAL 62

- 64** So kocht man in Marokko:
Tabbouleh - Petersilsalat
Harrira - Kichererbsen-Linsen-Suppe
Tajine Hammour Fassia - Tajine mit Zackenbarsch
Kounaffa - Filoeteig mit Vanillecreme

SÜSSES 72

- 74** Kochschule: Trüffeltorte
- 78** Zum Verlieben:
Strudelteigkuchen mit Nussfülle
Mandeltorte
Kaffeetorte mit Biskotten
Topfentorte

REGIONAL 84

- 86** Bierregion Innviertel:
Spinatknödel mit Schafkäsefülle
Lammrücken in der Lavendelkruste
Uttendorfer Brauerschnitzel
- 96** Profi-Menü:
Kaninchen mit Gemüse
Lachsforelle mit Erbsen
Rehrückenfilet mit Amarant
Cannelloni mit Maronimousse und Apfelragout

Coverfoto: Helmut Mitter

KOLUMMEN

- 33** Barbara Haiden über Fleischeslust
- 45** Werner Gruber über den Tea-Pot-Effekt
- 55** Elisabeth Fischer über genussvolles Wandern
- 63** Barbara Knapp über das Gfrett ohne Besteck
- 73** Honey & Bunny über Mohnnudeln
- 85** Susanne Hoffbauer über den Gailtaler Honig
- 103** Christian Seiler über Wein, wie er wird

STORIES

- 86** Unterwegs im Innviertel
- 94** Der Käse-Designer
- 104** Der Wiener Gemischte Satz

DEKO & WOHNEN

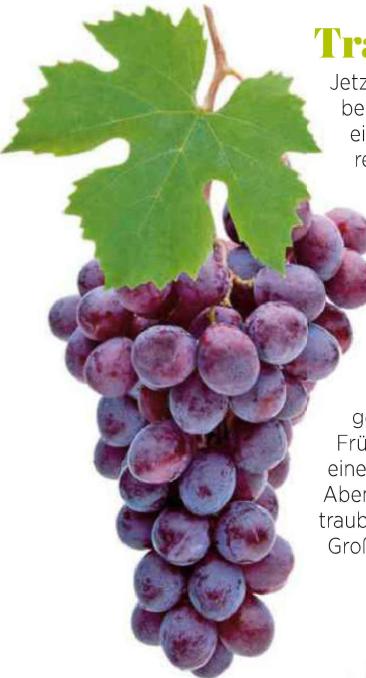
- 108** Steine als Tischdeko
- 110** Funktion & Style

STANDARDS

- 3** Editorial
- 112** Post & Impressum
- 114** Vorschau

Ernten und feiern

Es geht ins letzte Jahresviertel. Äpfel, Birnen, Kraut & Rüben und vieles mehr sind jetzt erntefrisch auf dem Markt.



Traubenkur

Jetzt gibt's heimische Weintrauben. Eine gute Gelegenheit für eine reinigende und vitalisierende Traubenkur. Dafür muss man nicht mal nach Meran fahren (wäre auch nett). Man verspeist eine Woche lang täglich und bedächtig größere Mengen – möglichst ungespritzt – Weintrauben, ein halbes bis ganzes Kilo. Eine Hälfte wird morgens auf nüchternen Magen als Frühstück verspeist, der Rest vor einem leichten oder statt dem Abendessen. Die Meraner Kurtraube ist übrigens die rotbeige Großvernatsch.



QUITTE

Aus den roh ungenießbaren Früchten kocht man feine Gelees. Am besten, wenn sie noch nicht vollreif sind, dann ist der Pektингehalt am höchsten. Mit etwas Zitronensaft geliert es noch besser!



Guter Vorrat

Das prächtige Paradeiserjahr lassen wir mit selbst gemachten Pomodori secchi ausklingen: Vollreife mittelgroße Paradeiser halbieren, mit den Schnittflächen nach oben auf ein Blech legen, mit wenig Salz bestreuen und im Rohr bei 70°C trocknen; die Hälften sollen noch weich sein. In Gläser schichten und mit Olivenöl bedecken. Eventuell mit Kräutern verfeinern.

WISSEN

I. Oktober Tag des Kaffees

Der schwarze Aufguss aus der Bohne ist des Österreicher liebstes Genussmittel. 162 Liter des herben Gebräues nimmt der Durchschnittsbürger jährlich zu sich, wobei der Großteil davon bereits zum Frühstück getrunken wird.

Bevorzugt mit Milch und Zucker, nur 10 Prozent der Österreicher mögen ihren Kaffee schwarz. Für die anregende Wirkung sorgt das Koffein, wovon im Cappuccino 27 mg, im Filterkaffee 80 mg und im Espresso 110 mg pro 100 ml zu finden sind.





MUSS MAN MEINER HAUT ALLES ANSEHEN?
DER 1. HAUTIDEALISIERER VON VICHY.
VERBESSERT DIE HAUTQUALITÄT
SPEKTAKULÄR IN NUR 8 TAGEN.*

NEU

IDÉALIA LIFE SERUM

- FRISCHERER TEINT ■
- GLEICHMÄSSIGER HAUTTON ■
- AUSGERUHTE GESICHTSZÜGE ■
- VERFEINERTE POREN ■

LR2412 + LHA AKTIVIEREN DIE NATÜRLICHE HYALURONSÄURE-PRODUKTION UND WIRKEN DEN NEGATIVEN EINFLÜSSEN IHRES LEBENS AUF DIE HAUTQUALITÄT ENTGEGEN.

EXKLUSIV IN IHRER APOTHEKE
WWW.VICHY.AT



KORREKTUR
KOMPLEX
LR2412+LHA

HEUTE WERDE ICH:
ESSEN (WAS ICH WILL)
GESTRESST SEIN (ZU SEHR)
SPASS HABEN (VIEL)
SCHLAFEN (ODER NICHT?)

EINFACH LEBEN!

IHRE IDEALE HAUT
VICHY
LABORATOIRES

OHNE PARABENE
EMPFINDLICHE HAUT
THERMALWASSER VON VICHY

Die rechte Würze

Probieren Sie einmal Kreuzkümmel oder Koriander. Auch Rosmarin und Thymian harmonieren vorzüglich, außerdem alle nussigen Öle.

GUSTO TIPP

Zum erdigen Geschmack der Roten Rübe bringen säuerliche Früchte – Orange, Apfel, Zwetschke, Preiselbeeren – perfekten Ausgleich. Gut harmonieren auch Schafjoghurt und Ziegenfrischkäse.

Rote Rübe

Die bordeauxrote Knolle schmeckt jetzt, wenn sie noch zartes Grün an den Stielen trägt, am besten. Dass ihr in der traditionellen Küche so wenig Aufmerksamkeit zuteil wird, ist sehr schade. Salat mit Kümmel und Kren – wie einfallslos und nichtssagend. Was Köstliches in ihr steckt, offenbart sie etwa im Rohr geschmort, in einer Salzkruste gegart, mit Kräutern, Früchten und orientalischen Gewürzen. Was ihre inneren Werte anlangt, ist sie ohnehin ein wahrer Jungbrunnen. Übrigens: Die jungen, zarten Blätter schmecken fein, wenn man sie kurz in Olivenöl knusprig brät.

GUHL



ENTDECKE EIN FASZINIERENDES BLOND VOLL STRAHLENDER NUANCEN.

DIE NEUE FARBGLANZ BLOND SERIE MIT CHAMPAGNER-BEERE
INTENSIVIERT DIE FACETTENREICHE LEUCHTKRAFT VON BLONDEM HAAR.

- Enthüllt Ihre schönsten Blondnuancen
- Spendet dem Haar sofort Feuchtigkeit und seidige Geschmeidigkeit
- Für ein faszinierendes Blond



www.guhl.at



Geschmorte Rote Rüben

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden

800 g Rote Rüben
80 ml Olivenöl
200 g Schalotten
2 Lorbeerblätter
200 ml Wasser

Garnitur:
200 ml Schafjoghurt
Frische Kräuter
(Minze, Petersilie, Basilikum)

Grobes Meersalz

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Rote Rüben abbürsten, gut waschen, in eine hitzebeständige Form legen und mit Olivenöl beträufeln.
2. Schalotten schälen, in grobe Stücke schneiden, mit den Lorbeerblättern zu den Roten Rüben geben und ins Rohr (Boden) stellen.
3. Sobald Saft austritt und zu karamellisieren beginnt, mit wenig vom Wasser untergießen. Restliches Wasser nach und nach zugießen; der Boden soll ständig mit Flüssigkeit bedeckt sein, damit nichts verbrennt.
4. Rote Rüben immer wieder mit dem entstandenen Saft übergießen und weich schmoren (ca. 80 Minuten).
5. Rote Rüben aus dem Rohr nehmen, aufschneiden, mit dem Saft übergießen und mit Meersalz bestreuen. Mit frischen Kräutern garnieren, mit Schafjoghurt und Weißbrot servieren.

Pro Portion: 284 kcal; 6 g EW; 20 g Fett;
21 g KH; 1,7 BE; 6 mg Chol.



Rote Rüben mit Zwetschken

4 Portionen,
Zubereitung ca. 1 Stunde,
zum Marinieren ca. 15 Minuten

400 g Rote Rüben
40 g brauner Zucker
300 ml Rotwein
1 Zimtstange
5 Pfefferkörner
300 g Zwetschken
4 kleine Rosmarinzweige
200 g Ziegenfrischkäse

Salz, Öl

1. Rote Rüben in reichlich Wasser weich kochen (ca. 45 Minuten), schälen und in grobe Spalten schneiden.
2. Zucker schmelzen, mit Rotwein ablöschen, Gewürze zugeben, 10 Minuten kochen und abseihen. Zwetschken entsteinen, vierteln, mit den Roten Rüben in die Marinade legen, ca. 15 Minuten ziehen und abkühlen lassen.
3. In einer Pfanne ca. 2 EL Öl erhitzen. Rosmarinzweige darin knusprig braten. Rote Rüben mit Salz abschmecken, mit Ziegenfrischkäse und Rosmarin anrichten.

Pro Portion: 372 kcal; 8 g EW; 20 g Fett;
28 g KH; 2,3 BE; 19 mg Chol.



UNSER KOMBINIERT HEIßLUFT UND DAMPF FÜR PERFEKTE ERGEBNISSE. PROCOMBI MULTI- DAMPFGARER

Im ProCombi Multi-Dampfgarer arbeiten Heißluft und Dampf zusammen. Damit gelingen Gerichte innen saftig zart und außen knusprig mit unübertrifftetem Geschmack, exzellenter Farbe und Textur. Zusätzlich besitzt der ProCombi Multi-Dampfgarer auch alle herkömmlichen Back- und Grillfunktionen. Schließlich ist es das, was Sie erwarten. Um mehr über die Vorteile der Kombination von Heißluft und Dampf zu erfahren, besuchen Sie www.aeg.at

AEG
perfekt in form und funktion



MAISCREMESUPPE

Der Auftakt zu einem herrlichen Herbstmenü und einem saftigen Puter als Höhepunkt. Rezept auf Seite 16.



Die Suppe böte eine Gelegenheit, den ersten jungen Wein zu probieren.

WEINTIPP

Erntedank

Es gibt immer einen Grund zu feiern. Wir nehmen Thanksgiving vorweg und servieren ganz nach amerikanischer Sitte einen saftigen Truthahn mit allem was dazugehört. Und zum Dessert gibt's köstliche Kürbistarte.

Rezepte von Franz Karner Fotos von Dieter Brasch

GELIEBTER KLASSEKER

Truthahn im Ganzen gebraten ist ein saftiger Genuss. Reste schmecken kalt am nächsten Tag – in einem Salat oder mit Gemüse im Jausenweckerl.

Der gute Puter hat sich
Besonderes verdient:
Einen gereiften Riesling
Smaragd aus der Wachau.

WEINTIPP



Gebratener Truthahn

8 Portionen, Zubereitung ca. 3 ½ Stunden

1 kl. Truthahn (ca. 5 kg)
2 Äpfel (Boskoop)
2 Bio-Orangen
100 g Butter
2 Zwiebeln
500 ml Geflügelfond

Süßkartoffelpüree:
1 kg Süßkartoffeln
200 ml Milch (heiß)
60 g Butter

Cranberrysauce:
1 Apfel
250 g Cranberries
30 ml Orangensaft
30 g Rohrzucker

Salz, Pfeffer, Zimt,
Kardamom, Honig

1. Rohr auf 190°C vorheizen. Truthahn innen und außen salzen und pfeffern und in einen Bräter setzen. Äpfel und Orangen grob würfeln, mit 2 EL von der Butter in den Bauchraum füllen, Öffnung mit einem Spieß verschließen. Restliche Butter schmelzen, den Truthahn damit bestreichen, verbliebene Butter mit 2 EL Honig und wenig Salz mischen und beiseite stellen.
2. Zwiebeln schälen, grob würfeln und in den Bräter geben. Truthahn mit der Hälfte des Fonds untergießen, im Rohr (Untere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten braten. Truthahn wenden, Temperatur auf 160°C reduzieren und ca. 2,5 Stunden weitergaren; immer wieder mit restlichem Fond unter- und übergießen.
3. Für das Püree Süßkartoffeln schälen, würfeln und in Salzwasser weich kochen.

Abseihen und ausdampfen lassen. Heiße Milch zugießen, Kartoffeln zerstampfen, kalte Butter einrühren. Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Für die Sauce Äpfel schälen und grob raspeln. Mit den weiteren Zutaten, je 1 Prise Zimt und Kardamom und 1 EL Honig vermischen und bei mäßiger Hitze weich kochen.
5. Temperatur auf 200°C erhöhen, Truthahn mit der Honig-Butter bestreichen und knusprig fertig braten.
6. Truthahn aus dem Rohr nehmen, Saft durch ein Sieb gießen. Truthahn zerteilen, mit Bratsaft, Sauce und Püree servieren. Zusätzlich passen in Butter gedämpfte Karotten und Erbsen.

Pro Portion: 1010 kcal; 54 g EW; 49 g Fett; 86 g KH; 7,2 BE; 280 mg Chol.



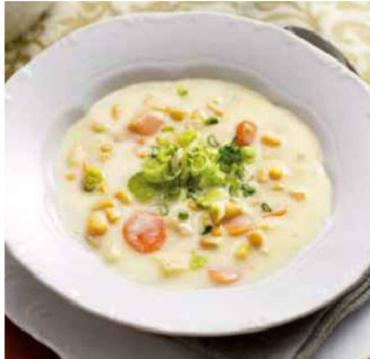
So weit muss Bio gehen.



**Wer ursprünglich sät,
wird puren Geschmack
ernten.**

Erntedank ist der Tag, an dem alle der Natur für ihre Schätze danken. Die Zurück zum Ursprung-Bauern machen das jeden Tag. Durch ihr ursprüngliches Wirtschaften im Einklang mit der Natur werden Wasserverbrauch und CO₂ deutlich reduziert, Tiere geschützt und die Naturvielfalt gefördert. So bekommt die Natur etwas zurück, damit auch kommende Generationen auf eine reiche Ernte vertrauen können. Mehr unter www.zurueckzumursprung.at





Maiscremesuppe

4 Portionen,
Zubereitung ca. 40 Minuten

1 Zwiebel	200 ml Gemüsefond
2 Karotten	200 g TK-Maiskörner
3 Stangen Sellerie	500 ml heiße Milch
300 g Erdäpfel	1 Jungzwiebel
3 EL Öl	Salz, Pfeffer, Zucker

1. Zwiebel schälen und fein hacken. Karotten und Sellerie schälen und in Scheiben schneiden. Erdäpfel schälen und würfelig schneiden.
2. Karotten und Zwiebel im Öl glasig andünsten, Erdäpfel und Fond zugeben, salzen und das Gemüse weich kochen. Mais und Milch zugeben und kurz kochen.
3. Einen Teil des Gemüses aus der Suppe nehmen und für die Einlage reservieren. Suppe mit dem Stabmixer pürieren, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Jungzwiebel in Ringe schneiden. Suppe mit dem Gemüse anrichten und mit der Jungzwiebel garnieren.

Pro Portion: 283 kcal; 9 g EW; 12 g Fett; 35 g KH; 2,9 BE; 11,3 mg Chol.

GUSTO TIPP

Ein Gemüse-Basisfond für Suppen lässt sich gut auf Vorrat herstellen: 500 g Gemüse-Allerlei (Zwiebel, Wurzelgemüse, etc.) klein schneiden, in 2 l Wasser bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde kochen.





Kürbistarte

1 Tarte (12 Stücke),
Zubereitung ca. 2 Stunden,
zum Kühlen ca. 30 Minuten

Boden:
200 g glattes Mehl
1 TL Backpulver
80 g Rohrzucker
100 g kalte Butter
1 Dotter

Belag:
700 g Muskatkürbis
(geschält)
Saft und Schale von
1 Bio-Orange
200 g Frischkäse
3 mittlere Eier
180 g Rohrzucker
1 TL Zimt
½ TL Ingwer (gemahlen)

Salz, Nelkenpulver,
Butter, Mehl

1. Für den Teig Mehl mit Backpulver, Zucker und 1 Prise Salz vermischen, mit klein geschnittener Butter verbröseln, mit dem Dotter glatt verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 30 Minuten kühl rasten lassen.

2. Für die Füllung Kürbis raspeln, mit Orangensaft pürieren und in einem Sieb abtropfen lassen. Frischkäse, Eier, Zucker, Zimt, Ingwer, abgeriebene Orangenschale, je 1 Prise Salz und Nelkenpulver verrühren, Kürbismus untermengen.

3. Rohr auf 180°C vorheizen. Eine Taratform (Ø 24 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstreuen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 mm dick rund ausrollen (Ø ca. 30 cm), in die Form legen und am Rand andrücken. Überstehenden Teig wegschneiden, Boden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

4. Kürbismasse auf dem Teigboden verstreichen, Tarte im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 1 Stunde backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

Pro Stück: 314 kcal; 6 g EW; 16 g Fett;
37 g KH; 3,1 BE; 112 mg Chol.

**GUSTO
TIPP**

Das Kürbispüree für den Belag soll möglichst trocken sein, am besten zusätzlich ausdrücken.

In Wiesn-Laune beim Foto-Shooting:
Sabrina Großschmidt & Wolfgang Schlüter.



O'zapft is!

Zum Essen, Trinken und Feiern
muss man uns nicht zwingen.

Wenn jeder zum Oktoberfest
drängt, sind wir mit dabei. Besser
gesagt, wir haben schon mal den
Ernstfall geprobt und die passen-
den Schmankerln fürs Fest auf
der Wiesn daheim ausgewählt.

Rezepte von Franz Karner Fotos von Helmut Mitter
Dirndl von Tostmann Trachten, 1010 Wien



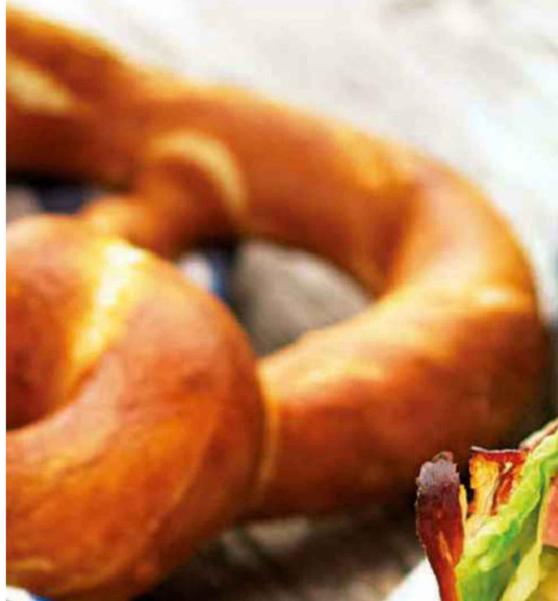
KNUSPRIGE BREZEN

Handgemacht und frisch aus dem Ofen.
Mit Radi und Bier die Grundausstattung
fürs Fest! Rezept auf Seite 28.



GEFÜLLTER LEBERKÄSE

Unter dem grünen Mäntelchen geht's zünftig
zur Sache. Rezept auf Seite 22.



WEISSWURSTGRÖSTL

Die Existenzberechtigung der Weißwurst nach dem Zwölfeläuten.
Den Mann verlangt's dazu nach einer Weißen! Rezept auf Seite 23.





Gefüllter Leberkäse

4 Portionen,
Zubereitung ca. 40 Minuten

400 g Leberkäse (im Ganzen)
150 g Bergkäse (5 mm dick geschnitten)
8 Kohlblätter
100 g Bauchspeck (in Scheiben)

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Leberkäse quer zwei Mal durchschneiden und mit den Käsescheiben füllen.
2. Kohlblätter in Salzwasser überkochen, in Eiswasser abschrecken, gut abtropfen lassen und ausdrücken. Dicke Blattrippen ausschneiden.
3. Leberkäse mit Kohlblättern umwickeln. Speckstreifen darüber schlagen.
4. Leberkäse auf ein Blech legen, im Rohr (mittlere Schiene) backen, bis der Käse geschmolzen und der Speck knusprig ist (ca. 15 Minuten).
5. Herausnehmen, warm mit Gebäck und Senf servieren.

Pro Portion: 645 kcal; 24 g EW; 61 g Fett;
2 g KH; 0,2 BE; 118 mg Chol.

GUSTO TIPP

Halten Sie fürs private Oktoberfest reichlich Senf, süßen und scharfen, parat. Er passt zu fast allen Gerichten!





FEINE SAUEREI

Den Rücken vom Spanferkel bestellt man beim Fleischhauer vor und lässt ihn auch gleich auslösen.

Spanferkel-Bratel

4 Portionen,
Zubereitung ca. 1 Stunde

1 Spanferkelrücken (ca. 2 kg)	2 Karotten
3 Knoblauchzehen	1 Zwiebel
1 EL Kümmel	1 Lorbeerblatt
1 EL Senf	250 ml Bier

Salz, Pfeffer, Öl

1. Spanferkelrücken vom Fleischhauer auslösen, Knochen grob hacken lassen.
2. Rohr auf 180°C vorheizen. Schwarte mit einem scharfen Messer im Abstand von 2 cm quer einschneiden.
3. In einer Pfanne ca. 1 cm hoch Wasser aufkochen, Fleisch mit der Schwarte für ca. 1 Minute hineinlegen. Herausnehmen, abtrocknen, salzen und pfeffern. Fleischstücke mit Küchengarn rund binden.
4. Zerdrückten Knoblauch mit Kümmel, Senf und 2 EL Öl zu einer Paste rühren. Fleisch mit der Paste rundum einstreichen.
5. Karotten und Zwiebel schälen und in grobe Würfel schneiden.
6. In einem Bräter Öl erhitzen. Fleisch darin auf der Fleischseite anbraten. Herausnehmen, im Bratrückstand Knochen, Zwiebel und Karotten gut anrösten. Lorbeer zugeben, mit Bier ablöschen. Fleisch darauf legen, im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) weich braten (ca. 40 Minuten); während der ersten 20 Minuten immer wieder mit Bratensaft übergießen.
7. Rohr auf Grill schalten, Schwarte knusprig grillen. Saft durch ein Sieb gießen. Braten in Scheiben schneiden, mit Brezenknödeln (siehe Rezept 24) servieren. Dazu passt Sauerkraut.

Pro Portion: 664 kcal; 44 g EW; 51 g Fett; 4 g KH; 0,3 BE; 175 mg Chol.



Weißwurstgröstl

4 Portionen,
Zubereitung ca. 30 Minuten
zum Auskühlen ca. 1 Stunde

600 g speckige Erdäpfel
300 g Weißwurst
1 roter Paprika
1 Bund Jungzwiebeln
80 g Weißwurstsenf

Salz, Pfeffer, Öl

1. Erdäpfel kochen, abgießen und auskühlen lassen. Erdäpfel schälen und in Scheiben schneiden.
2. Weißwurst in heißem Wasser ca. 10 Minuten ziehen lassen, herausnehmen, auskühlen lassen, enthäuten und in Scheiben schneiden.
3. Paprika und Jungzwiebeln putzen, Paprika klein würfelig, Jungzwiebeln in dünne Ringe schneiden.
4. In einer beschichteten Pfanne wenig Öl erhitzen, Erdäpfel darin goldbraun braten. Wurst und Paprika zugeben, kurz mitrösten, Jungzwiebeln untermengen. Gröstl salzen, pfeffern und mit Senf servieren.

Pro Portion: 389 kcal; 14 g EW; 24 g Fett; 29 g KH; 2,4 BE; 49 mg Chol.

GUSTO TIPP

Die Erdäpfel fürs Gröstl sollen gut ausgekühlt sein, sie können schon am Vortag gekocht werden.

Saure Brezenknödel

4 Portionen,
Zubereitung ca. 1 Stunde,
zum Ziehenlassen ca. 15 Minuten

Brezenknödel:

250 g Laugengebäck
(vom Vortag)
125 ml Milch (lauwarm)
2 Schalotten
1 EL Butter
2 mittlere Eier
1 EL Petersilie (gehackt)

Garnitur & Marinade:
1 rote Zwiebel
1 Bund Radieschen
150 g Bergkäse
1 EL Petersilie (gehackt)
1 TL Senf
2 EL Weißweinessig
5 EL Sonnenblumenöl
Je 2 EL Apfelsaft und
Bier

Salz, Pfeffer, Muskat

1. Gebäck in 2 cm große Würfel schneiden, mit der Milch übergießen und kurz ziehen lassen. Schalotten schälen, fein hacken und in der Butter glasig anschwitzen. Eier verschlagen, mit dem eingeweichten Gebäck, Schalotten und Petersilie locker vermischen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Masse ca. 15 Minuten ziehen lassen.

2. Aus der Masse mit befeuchteten Händen kleine Knödel formen, in schwach kochendes Salzwasser geben und ca. 20 Minuten kochen. Knödel herausnehmen und auskühlen lassen.

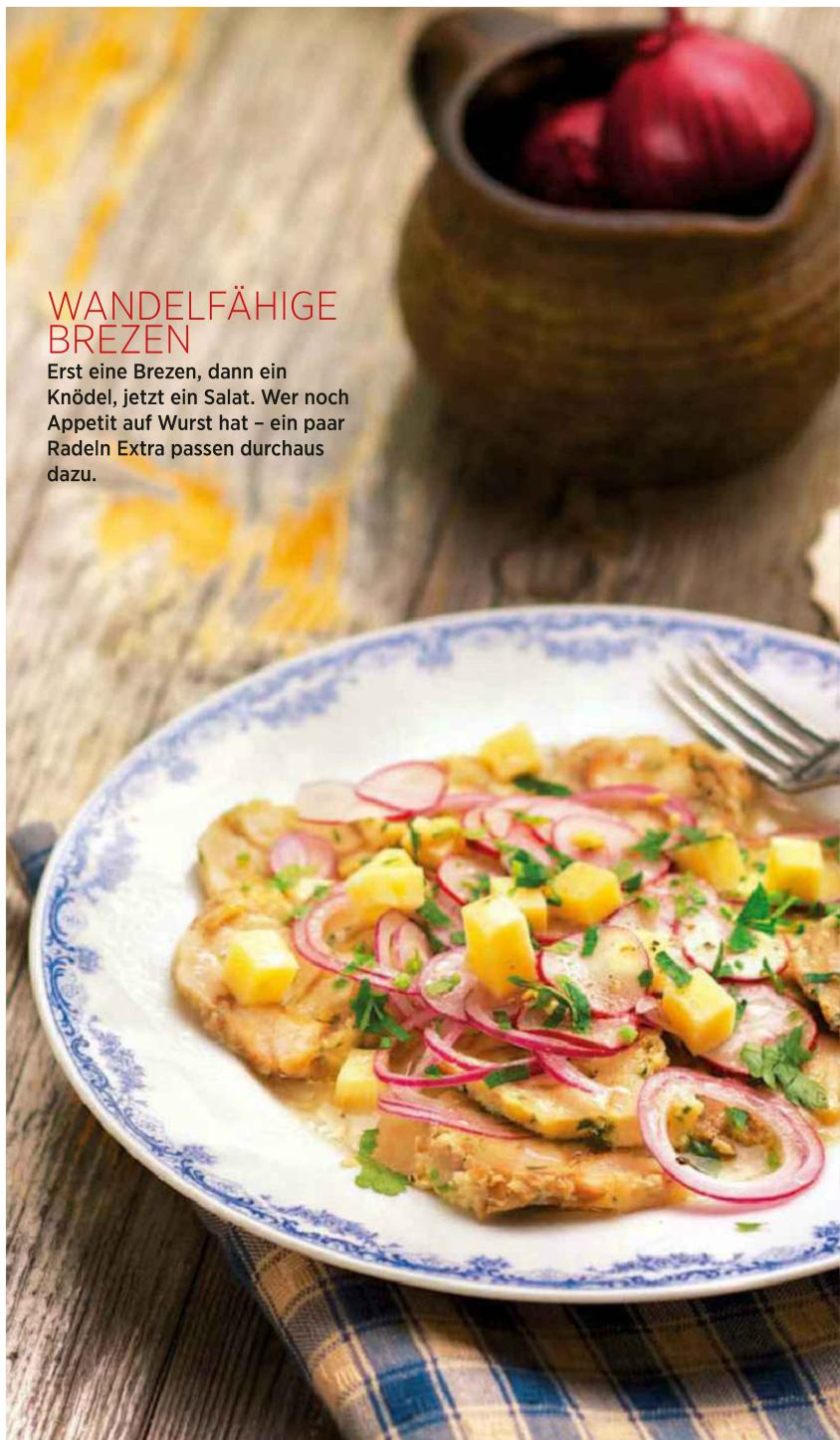
3. Knödel in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und in dünne Ringe, Radieschen in dünne Scheiben, Bergkäse in Würfel schneiden.

4. Aus Senf, Essig, Öl, Bier und Apfelsaft eine Marinade rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Knödelscheiben mit Zwiebel, Radieschen und Käse anrichten, mit Marinade übergießen, mit Petersilie bestreuen und kurz ziehen lassen.

Pro Portion: 561 kcal; 22 g EW; 31 g Fett;
47 g KH; 3,9 BE; 144 mg Chol.

GUSTO TIPP

So mariniert schmeckt auch ein ganz „gewöhnlicher“ Semmel- oder Serviettenknödel – am besten einer vom Vortag.





Oans, zwoa, g'suffa!

GUSTO
WISSEN

Das Münchener Oktoberfest ist das größte und meistkopierte Volksfest der Welt. In seinen Anfängen, vor über 200 Jahren, war es allerdings ein Pferderennen zu Ehren des königlichen Brautpaars.

Der sportliche Charakter des Festes ist geblieben – nur dass sich die Disziplin geändert hat. Neuzeitlich werden Maß und Schweinshaxe um die Wette gestemmt. 7,5 Millionen Maß, das sind ebenso viele Liter, war der Rekordverbrauch im Jahr 1985. Gerechnet auf die damaligen 7,1 Millionen Besucher des Festes ist das etwas mehr als ein maßvoller Krug pro Kopf und Nase. Da hat sich einer verzählt, möchte man meinen. Dafür, dass jedes Jahr über den steigenden Bierpreis geschimpft wird, das Maß kostet rund 9,50 Euro, fließt der Gerstensaft in den Zelten der Münchener Traditionsbrauereien nach wie vor in Strömen. Das größte Zelt, die Hofbräu-Festhalle, hat 10.000 Sitzplätze – und wer tatsächlich dort sitzen will, sollte zuvor einen Tisch reserviert haben.

Bier macht Appetit und Radi allein nicht satt. Hendl, Bratwurst, Bauernnente und Schweinshaxen werden in den zwei Wiesn-Wochen in Unmengen verspeist, wobei das beliebteste Essen, das Wiesn-Hendl – mehr als eine halbe Million landen in den beiden Wochen auf dem Grill – durchaus mit den bloßen Fingern zerlegt werden darf. Seit 1881 gehört die spektakuläre Ochsenbraterei zu den Attraktionen auf der Theresienwiese. Mindestens sieben Stunden lang dreht sich so ein Riesenbraten am Spieß, bis er gar ist. Sogar der französische Nouvelle-cuisine-Erfinder Paul Bocuse soll bei seinem Besuch 1987 von diesem urtümlichen Genuss außer sich vor Begeisterung gewesen sein. Bei der krassen Überzahl an Karnivoren ist klar, dass die im letzten Jahr für den fleischlosen Festschmaus demonstrierenden Vegetarier ziemlich unbeachtet blieben.

Auf der Wiesn wird in Dirndl und Lederhose geschunkelt. Wenn das Tanzbein juckt – getanzt wird traditionell auf den Bänken, auf dem Tisch steht das Bier! Einen Rauswurf riskiert auch, wer meint, im Festzelt seine mitgebrachte Bratwurst verspeisen zu können. Das geht im Biergarten und war auf der Wiesn bis 1950 erlaubt. So mancher Bauer brachte das Hendl vom eigenen Hof mit und ließ es sich in der Lohngärtner knusprig brutzeln.

Im Gegensatz zum bayerischen Original hat die Wiener Wiesn geradezu dörfliche Dimension. Noch. Bei der letzjährigen zweiten Auflage kamen die 165.000 Gäste auf 85.000 Maß Bier, dazu wurden 7.000 Grillhendl, 5.000 Schnitzel und immerhin 1.000 Portionen Kaiserschmarren vertilgt.

Prost, Mahlzeit!

Essen, Trinken und die passenden Style-Elemente.
Damit wird das Oktoberfest auch daheim zum Schlager.



Hauptsache nicht zu klein. Sonst ist alles erlaubt beim Krügel und beim Humpen.
Ritzenhoff, Weizen € 19,95,
Seidel € 21,95;
www.cuisinarum.at



Handlich

Das ultimative Gemüse zu Bier ist der Radi. Frisch aufgeradelt muss er sein. Rettichschneider „Radi-Max“ von Westmark, € 12,90; www.cuisinarum.at



Bestechend

Süßes Dirndl und zünftige

Keks-Ausstecher von Staedter, € 3,90 bzw.



Trachtig stylish shoppt Schatzerl mit der „Bavaria“ Carrybag von reisenthel. Jetzt mit GUSTO Jahresabo um € 55,90.
Gleich bestellen: 01 95 55 100 oder auf gusto.at/abo

**ABO
TIPP**



Herzig!

Als Deko oder dem Liebling um den Hals gehängt wird das sinnig betextete Lebkuchenherz.
Selbst gemacht oder bei www.wiesnshop.eu



Erhebend

So nobel wie die Weißwurst ist, hat man ihr einen Heber auf den blassen Leib geformt. Weißwurstheber von Rösle, € 26,95



IHRE IDEALE HAUT
VICHY
LABORATOIRES

Der Weg zu Ihrer idealen Haut beginnt jetzt.

Entdecken Sie die richtige Pflege speziell für Ihren Hauttyp.

Nur für kurze Zeit -7€
ab einem Einkauf von 39€ *

Feuchtigkeit

Straffheit

Intensive Pflege

Lifting Effekt

VICHY
AQUALIA THERMAL
NEOVADIOL GL
NUTRILOG E 3
LIFTACTIV SERUM 10

Täglich gültig bis 12/10/2013 auf alle VICHY-Produkte, solange der Vorrat reicht. Nicht in Kombination mit anderen Vichy-Aktionen. Exklusiv in teilnehmenden Apotheken.

BREZEN UND OBAZDA

Das würzige Dream-Team zum Bier – ausnahmsweise auch etwas für Vegetarier.

Der Bierradi ist hier wieder ein guter Partner.



Brezen

10 Stück, Zubereitung ca. 50 Minuten,
zum Kühlen ca. 12 Stunden

500 g glattes Mehl
1 Pkg. Trockengerm
1 TL Salz
 $\frac{1}{2}$ TL Kristallzucker
320 ml lauwarmes Wasser

Lauge:
2 l Wasser
2 EL Natron

Grobes Salz, Mehl

1. Mehl mit Germ, Salz und Zucker vermischen. Wasser zugießen, alles vermischen und zu einem mittelfesten, glatten Teig abschlagen (Küchenmaschine / Knethaken). Teig mit Frischhaltefolie abdecken und über Nacht kühlen stellen.
2. Teig durchkneten, in 10 Portionen teilen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche fingerdicke Stangen rollen und diese zu Brezen formen. Brezen für ca. 30 Minuten kühlen stellen.
3. Rohr auf 200°C vorheizen. Wasser mit Natron aufkochen. Brezen in die Lauge geben, sofort mit einem Schaumlöffel herausnehmen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und mit Salz bestreuen. Brezen im Rohr (mittlere Schiene) goldbraun backen (ca. 15 Minuten).

Pro Stück: 175 kcal; 5 g EW; 1 g Fett;
37 g KH; 3,1 BE; 0 mg Chol.

Obazda

4 Portionen,
Zubereitung ca. 15 Minuten

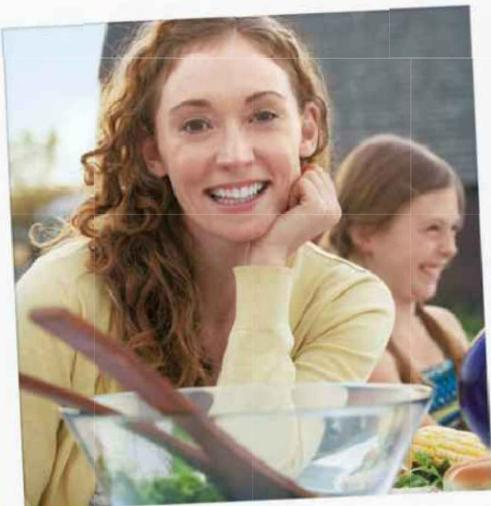
250 g Camembert oder Brie
40 g Topfen (20 % Fett)
20 g weiche Butter
1 kleine Zwiebel
1 TL Paprikapulver (edelsüß)

Salz, Pfeffer, Kümmel (ganz und gemahlen)

1. Käse mit einer Gabel zerdrücken, mit Topfen und Butter verrühren. Zwiebel schälen, fein hacken und untermengen, mit Salz, Pfeffer, Paprika und gemahlenem Kümmel würzen.
2. Obazden mit ganzem Kümmel bestreuen, mit Brezen und frischem Rad servieren.

Pro Portion: 189 kcal; 16 g EW; 13 g Fett;
1 g KH; 0,1 BE; 35 mg Chol.

Plenty im Härtetest



„Als im Verlauf des Abends [...] Soße auf dem Pulli eines Gastes landete und ich ein feuchtes Plenty reichte, meinte er nach einem Wischen und Rubbeln: „Na schau, das bleibt ja ganz!““

Nina K. aus Linz



„Der Grillrost wurde sehr sauber – ohne die sonst sehr störenden Papierfusselchen zu hinterlassen.“*

Oliver L. aus Innsbruck

99,7%
würden Plenty
Haushaltstücher
empfehlen*



Aqua-Zellen

Über 89 % aller Tester/-innen* in Österreich bestätigen: Plenty ist auf rauen Oberflächen besonders reißfest und hinterlässt somit auch keine ärgerlichen Papierkrümel wie herkömmliche Haushaltstücher. Grund dafür sind die einzigartigen Aqua-Zellen. **Testen Sie Plenty selbst!**

Das STÄRKSTE Haushaltstuch bei nasser Verwendung.

NIEMALS OHNE HAXE

Kein Oktoberfest ohne Schweinsstelze mit knuspriger Schwarte.



Knusprige Schweinsstelze

4 Portionen, Zubereitung ca. 2 ½ Stunden

2 vordere Schweinstelzen (je 450 g)

1 EL Senf

3 Knoblauchzehen

Garnitur:

150 g Kren (frisch gerissen)

100 g scharfer Senf

Salz, Pfeffer,
Kümmel (gemahlen), Öl

1. Schwarte der Stelzen rundum im Abstand von 1-2 cm ringförmig einschneiden. Reichlich Wasser aufkochen, Stelzen darin ca. 15 Minuten kochen, herausnehmen und abtropfen lassen.
2. Rohr auf 200°C vorheizen. Stelzen salzen, Senf mit 3 EL Öl, zerdrücktem Knoblauch und Pfeffer zu einer Paste rühren, Stelzen rundum damit einreiben.
3. Stelzen in einen Bräter legen, ca. 1 cm hoch mit Wasser untergießen, im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 25 Minuten braten. Temperatur auf 180°C reduzieren, Stelzen knusprig braten (ca. 1 ¼ Stunden); anfangs mehrmals mit Bratensaft übergießen.
4. Stelzen warm mit frisch gerissenem Kren und Senf servieren. Dazu gibt's Schwarzbrot.

Pro Portion: 468 kcal; 43 g EW; 30 g Fett;
6 g KH; 0,5 BE; 140 mg Chol.

GUSTO
TIPP

Zu einem gelungenen Oktoberfest gehört Musik. Spezielle Musik. Da sollte man ausnahmsweise nicht die Frage nach gutem Geschmack stellen. Hauptsache es kann dazu geschunkelt werden. Die Wiesn-Hits sind eine Mischung aus Musikantenstadt und Aprés-Ski - DJ Ötzi und Blasmusik, Holzhacker Marsch und Samba de Janeiro. Na dann: Prost!



Gazpacho

Und was sehen Sie? Ratatouille? Paradeisrahmsuppe?
Gefüllte Paradeiser? Welche Speisen Sie auch immer
zubereiten wollen, die KENWOOD Küchenmaschinen mit
mehr als 50 Funktionen sind die idealen Helfer. Es ist lediglich
Ihre Fantasie, die Ihnen beim Kochen noch Grenzen setzt.
Inspiration auf www.kenwoodaustria.at



KENWOOD

€ 320,- GESCHENKT!

Sichern Sie sich jetzt Zubehör im Wert von € 320,- beim Kauf eines
KENWOOD Cooking Chef! Aktion gültig vom 01.10.2013 bis 31.01.2014.

Was wir mögen

Klassisches Blau, steirische Kernkraft und das Ei als Ursprung allen Lebens.

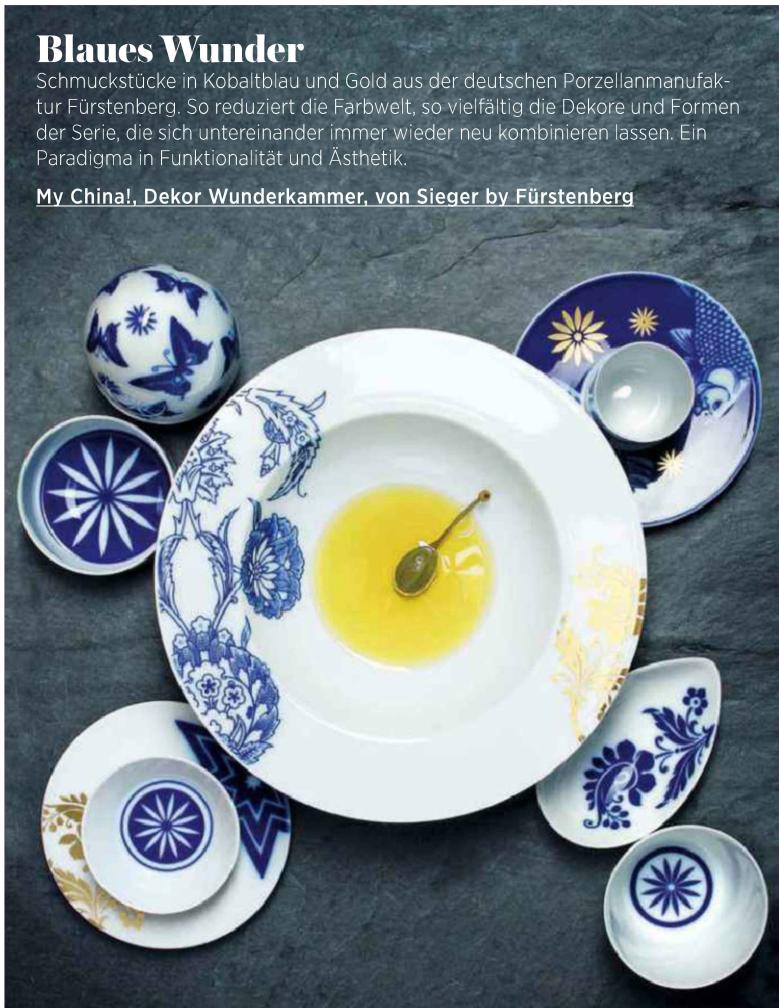
Der liebe Gott hat die Kartoffel erschaffen, damit auch die armen Leute etwas haben, dem sie das Fell über die Ohren ziehen können.

Carl Zuckmayer, Schriftsteller

Blaues Wunder

Schmuckstücke in Kobaltblau und Gold aus der deutschen Porzellanmanufaktur Fürstenberg. So reduziert die Farbwelt, so vielfältig die Dekore und Formen der Serie, die sich untereinander immer wieder neu kombinieren lassen. Ein Paradigma in Funktionalität und Ästhetik.

My China!, Dekor Wunderkammer, von Sieger by Fürstenberg



Kürbiskernpesto

Schmeckt aufs Brot, zum kalten Schweinsbraten, mit Pasta. Kann im Glas gekühlt mindestens 1 Woche aufbewahrt werden:

70 g geröstete Kürbiskerne, 50 g Petersilblättchen und 1 kleine Chiliischote fein hacken, mit 50 g geriebenem Hartkäse, 1 TL Zitronenschale und 100 ml Kürbiskernöl vermischen, mit Salz abschmecken.

Ei-Kunde

Schau genau: Die erste Ziffer des Zahlenstempels auf dem Ei verrät die Haltungsform der Henne:

- 0 Bio
- 1 Freiland
- 2 Boden
- 3 Käfig





Barbara Haiden ist
Gusto-Redakteurin.



HAIDEN SPASS

Fleischeslust

Ein kleiner Bissen für eine Frau, ein großer für die Menschheit, titelte ein britisches Magazin die Verkostung des ersten Laborfleisch-Burgers. Die österreichische Ernährungsforscherin Hanni Rützler hat in London als Erste den Biss in künstlich erzeugte Fleischfasern gewagt. Nahe an Fleisch, aber nicht so saftig, urteilte die Expertin das mit Rotem Rübensaft appetitlich fleischfarben colorierte Labor-Laberl.

Werden wir bald ganz selbstverständlich Sonntag Mittag ein saftiges Stammzellenschnitzel verspiessen? Mit gutem Gewissen uns selbst und der Umwelt gegenüber? Ist es der Anfang vom Ende von Tierfabriken? Wird alles besser?

Während in den Industrieländern mit rund 80 Kilo jährlichem Pro-Kopf-Verbrauch die Spitze erreicht scheint, wächst in Afrika und Asien der Appetit auf Fleisch stetig. Warum glaubt der Mensch immer noch, er muss sich andere Lebewesen einverleiben, um groß, stark und schlau zu werden? Es ist ja durchaus amüsant, wie kreativ Fleischhunger macht. Da delektierten sich kürzlich furchtlose Foodjournalisten an einem Regenwurm-Laberl und zeigten sich erfreut über den erdigen, fettfreien Genuss. Ist ein Getreidelaberl wirklich so grauslich, dass wir lieber Kriechtieren nachjagen als unseren Proteinbedarf pflanzlich zu decken? Es wird so getan, als wären Laborfleisch und ekeliges Kleingetier Mittel gegen den Hunger auf der Welt. Wo wir doch längst wissen, dass es genug zu essen gibt, das Futter nur nicht gerecht verteilt wird. Außerdem, der Mensch ist auch ohne Fleisch lebensfähig. Sehr gut sogar, wenn nicht besser.

Schenkel's ZARTE ANCHOVIS

Genießer lieben die echten Sardellenfilets auf traditionelle Art mit Kräutern, naturell in reinem Olivenöl, gerollt mit Kapern oder die beliebten Cocktailspießchen "Ancholive". Besonders köstlich zum Aperitif.



lachs schenk'ly

AUS LIEBE ZUM GUTEN ESSEN

Schenkel Delikatessen erhalten Sie im guten Feinkosthandel.
Weitere Informationen: Tel.: 01/367 11 11 / www.schenkel.at

Einst und jetzt

Die Wildküche ist ja fast so alt wie die Menschheitsgeschichte. Wenn auch auf unserem Speisezettel kein Mammutschnitzel mehr steht, Wild hat noch immer sorgfältig gepflegte Tradition. Kein Herbst vergeht, in dem nicht allerorts Wildwochen zelebriert werden. Wild zuzubereiten gilt als schwierig und aufwändig. In den letzten Jahrzehnten hat sich einiges geändert. Heute ist es schick selbst zu kochen, außerdem ist das Wildbret in hervorragender Qualität erhältlich.



HIRSCHNUSS MIT MANDELBÄLLCHEN

Ideal, wenn Gäste kommen. Unser feiner Braten wird von einer herzhaften Sauce begleitet.

Rezept auf Seite 37.

WEINTIPP

Wir empfehlen einen
beerenfruchtigen, würzigen
Shiraz aus dem Burgenland.



WEINTIPP
Die Fruchtaromen (Brombeeren, Weichseln) und das feine „Pfeffer“ der Mittelburgenland DAC Reserve paaren sich wunderbar mit den Geschmacksnuancen des Gerichtes.

HIRSCHROULADE MIT GRIESSKNÖDELN

Die Hirschschnitzel sind mit Kohl und Speck gefüllt, dazu schmeckt eine feine Rahmsauce mit Wacholder. Rezept auf Seite 36.



Wild auf Wild

Die Saison beginnt schon im Mai und dauert bis Ende Dezember, der Herbst gilt aber immer noch als die beste Zeit, um Wild zu genießen. Wenn es draußen kalt ist, hat man eben so richtig Gusto auf die eher deftigen klassischen Gerichte. Für unsere Variationen haben wir das Fleisch des Hirschschlegels verwendet.

Rezepte von Wolfgang Schlüter Fotos von Stefan Liewehr



Hirschroulade mit Grießknödeln

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Std.

4 Hirschschneide-

(je ca. 200 g)

1 TL Wacholderbeeren (angedrückt)

500 ml brauner Wildfond

250 ml Schlagobers

Füllung:

4 Kohlblätter

12 Scheiben Frühstücksspeck

Grießknödel:

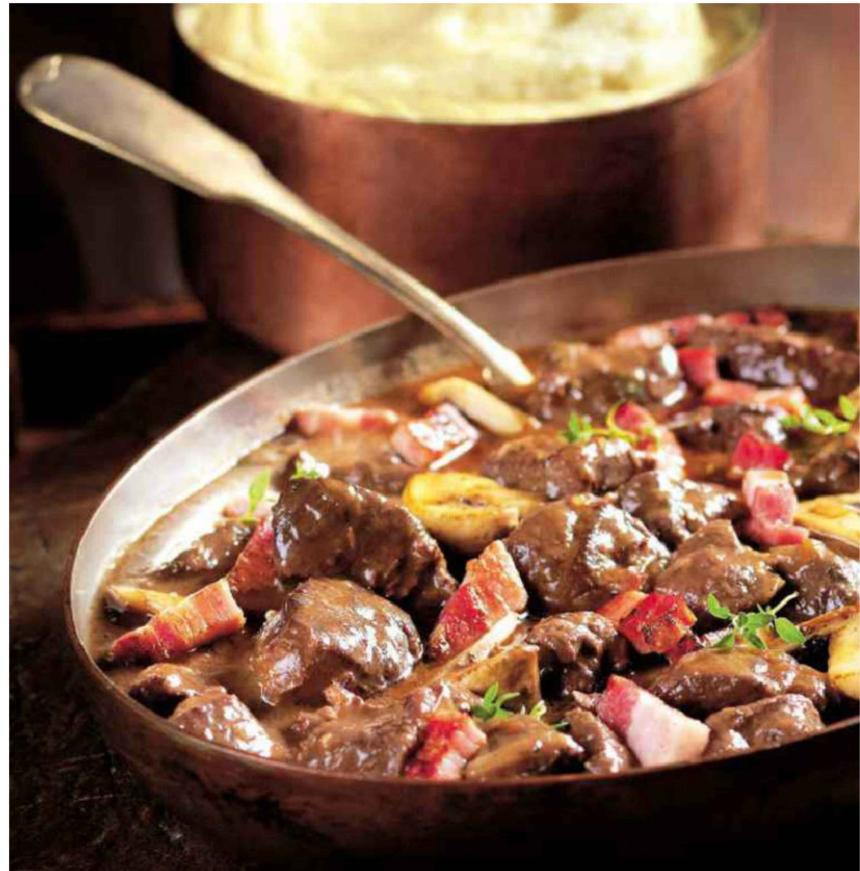
375 ml Milch

50 g Butter

250 g Weizengrieß

3 mittlere Eier

Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, Öl



Hirschragout mit Speck

4 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

1 kg Hirschschlegel

1 Zwiebel

125 ml Rotwein

750 ml brauner Wildfond

2 EL Preiselbeer-kompott

Schale von $\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone (abgerieben)

Garnitur:

200 g Champignons

200 g rote Zwiebeln

100 g Hamburgerspeck

2 EL Butter

Salz, Pfeffer, Thymian, Rosmarin, Paradeismark, Mehl, Öl

1. Fleisch in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in 1 cm große Stücke schneiden. Fleisch mit Salz, Pfeffer, Thymian und Rosmarin würzen und in 3 EL Öl rundum anbraten. Herausheben und beiseite stellen.

2. Im Bratrückstand Zwiebel anrösten, 1 TL Paradeismark und 2 gestr. EL Mehl einrühren. Wein und Fond zugießen. Preiselbeeren, Zitronenschale, Thymian und Rosmarin zugeben. Sauce aufkochen, Fleisch zugeben und ca. 1 Stunde dünsten.

3. Fleisch herausnehmen, Sauce pürieren. Fleisch wieder in die Sauce geben. Für die Garnitur Champignons putzen und in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Speck in 2 cm breite Stücke schneiden. Speck, Zwiebeln und Pilze in der Butter anbraten, salzen und pfeffern. Ragout mit der Garnitur anrichten. Als Beilage passt Selleriepüree.

Pro Portion: 1070 kcal; 64 g EW; 69 g Fett; 51 g KH; 4,2 BE; 754 mg Chol.



Zum Ragout empfiehlt sich eine Cuvée aus Zweigelt, Cabernet Sauvignon und Merlot aus dem Carnuntum, ausgestattet mit feinen Wildbeer-Kräuteraromen.

GUSTO TIPP

Das Ragout, bis auf die Garnitur, 1 Tag bevor man es serviert zubereiten. Denn aufgewärmt schmeckt es erst richtig gut.



Hirschnuss mit Mandelbällchen

6 Portionen,
Zubereitung ca. 2 Stunden

1,5 kg Hirschnuss
1 Zwiebel
1 Bund Suppengrün
250 ml Portwein
500 ml brauner Wildfond

Mandelbällchen:
900 g mehlige Erdäpfel
3 Dotter
40 g Butter
100 g glattes Mehl
2 kleine Eier (verquirlt)
150 g Mandelblättchen

Salz, Pfeffer, Rosmarin, Wildgewürz, Wacholder, Öl, Suppe

1. Rohr auf 190°C vorheizen. Fleisch mit Küchenspagat binden, mit Salz, Pfeffer und Wildgewürz einreiben. Zwiebel schälen. Suppengrün und Zwiebel in ca. 3 cm große Würfel schneiden.

2. Fleisch in 4 EL Öl rundum anbraten. Zwiebel und Suppengrün zugeben, kurz mitbraten und mit Wein ablöschen. Fond zugießen, 8 Wacholderbeeren und 1 Rosmarinzweig zugeben. Fleisch im Rohr (unterste Schiene/Gitterrost) ca. 75 Minuten braten; dabei öfter wenden und mit Bratensaft übergießen.

3. Für die Bällchen Erdäpfel weich kochen, schälen und passieren. Masse mit Dottern, Butter, Salz und Muskat verrühren. Aus der Masse 18 Bällchen formen, in Mehl, Eiern und Mandeln wälzen. 3 Finger hoch Öl erhitzen, Bällchen darin backen, herausheben und abtropfen lassen.

4. Braten herausnehmen, Spagat entfernen. Bratensaft abseihen (sollte ca. 375 ml sein, evtl. mit Suppe auffüllen). Fleisch in Scheiben schneiden, mit Saft und Mandelbällchen anrichten. Dazu passen Kohlsprossen.

Pro Portion: 745 kcal; 52 g EW; 37 g Fett; 41 g KH; 3,4 BE; 330 mg Chol.

Die besten Teile

Große Stücke: Am besten zum im Ganzen Braten eignen sich Nuss, Schale, Fricandeau und der Schlussbraten. Man kann sie durch Binden mit Spagat daran hindern, sich während der Zubereitung zu verformen, das Fleisch behält seine Idealform, die Fleischfasern ihre kompakte Struktur und beim Aufschneiden gibt es kein Zerfransen.



Schnitzel und Rouladen:

Erste Wahl für die Zubereitung sind Schale, Nuss und Fricandeau. Zum Schneiden von Fleischstücken mit geringem Durchmesser (Fricandeau) empfiehlt sich die Technik des Schwalbenschwanzes. Fleischstück mit dem ersten Schnitt sehr tief ein-, aber nicht durchschneiden. Nun den zweiten Schnitt in der gleichen Dicke wie den ersten ansetzen und durchschneiden. Schnitzel aufklappen und klopfen.



Ragouts: Bestens für die Zubereitung von Ragouts eignen sich Fricandeau, Schlussbraten oder die ausgelöste Stelze. Sehnen und Häutchen mit einem kleinen Messer entfernen, Fleisch in gleich dicke Längsstreifen schneiden. Streifen in möglichst gleich große Stücke schneiden.

TOPFENKNÖDEL MIT TRAUBEN

Tradition trifft auf Innovation. Die klassischen Knödel harmonieren hervorragend mit den reifen Trauben. Einfach köstlich. Rezept auf Seite 42.



GUSTO TIPP

Es müssen nicht immer Nüsse, Mohn oder Brösel sein: Exotischer wird es, wenn man 150 g Kokosette mit 3 EL Zucker vermischt, anröstet und die Knödel darin wälzt.

KAISERSCHMARREN MIT KARAMELLÄPFELN

Jeder Topf braucht seinen Deckel, jeder Schmarren seine Äpfel. Eine gelungene fruchtig-süße Kombination. Rezept auf Seite 42.



Böhmisches Erbe

Topfenknödel, Nussnudeln, Kaiserschmarren und Preiselbeertascherln sind österreichische Heimatküche. Altbewährt, allseits beliebt und immer wieder köstlich.

Rezepte von Alexander Knakal Fotos von Theresa Schrems

PREISELBEERTASCHERLN MIT MOHNBUTTER

Beliebt bei Alt und Jung, die gefüllten Tascherln sind das optimale Dessert für jeden Anlass. Rezept auf Seite 42.



SOLIDE HANDARBEIT

Die Nussnudeln eignen sich auch als Hauptmahlzeit, sind aufgrund der Nüsse sättigend. Zusammen mit dem fruchtigen Kompott ein wahrer Hochgenuss.



**GUSTO
WISSEN**

Nussnudeln mit Birnenkompott

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

400 g mehlige Erdäpfel
250 g Topfen (20 % Fett)
1 mittleres Ei
70 g griffiges Mehl
30 g Weizengrieß
1 Pkg. Vanillezucker

Kompott:
3 Birnen
100 ml Weißwein
40 g Kristallzucker
Schale von $\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone (abgerieben)
Schale von 1 Bio-Orange (abgerieben)
100 ml Birnensaft
1 Zimtstange
1 Gewürznelke

Brösel:
1 EL Butter
100 g Haselnüsse (gerieben)
40 g Haselnüsse (gehackt)
60 g Semmelbrösel
2 EL Kristallzucker

Salz, Mehl

1. Erdäpfel schälen und über Dampf weich garen (ca. 30 Minuten). Erdäpfel passieren, mit Topfen, Ei, Mehl, Grieß und Vanillezucker verrühren. Teig auskühlen lassen.

2. Birnen schälen, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch in Stücke schneiden, mit Wein, Zucker, Zitronen- und Orangenschale, Birensaft, Zimt und Nelke aufkochen. Kompott köcheln, bis die Birnen weich sind. Vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Zimt und Nelke entfernen.

3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten und zu einer Rolle formen. Mit einem Messer kleine Stücke abschneiden und zu Nudeln wuzeln.

4. Salzwasser aufkochen, Nudeln einlegen, Hitze reduzieren, Nudeln ca. 8 Minuten ziehen lassen.

5. Butter schmelzen, Nüsse, Brösel und Zucker darin anrösten. Nudeln in den Nussbröseln wälzen und mit dem Birnenkompott anrichten.

Pro Portion: 713 kcal; 22 g EW; 34 g Fett; 77 g KH; 6,5 BE; 80 mg Chol.

Die österreichische Mehlspeisküche

Wenn es einen Mehlspeishimmel gibt, dann ist er in Wien zu finden. Wir sitzen im Epizentrum der süßen Kunst, die nicht zuletzt von Generationen von Habsburgern bei Hofe gepflegt und gefördert wurde. Trotz aller Verniedlichung als Knöderln und Tascherln sind die Köstlichkeiten aus flaufligen Teigen kalorisch durchaus als Hauptspeis' zu werten. Als es noch die Knödefrau gab, konnte man sich für ein paar Kreuzer auf Wiener Märkten an Obstknödeln sattessen. Dass eine derartige Opulenz an Süßspeisen entstanden ist, hat kurioserweise mit den vielen Fasttagen zu tun, die den Verzehr von Fleisch verboten. So war man halt mit der Mehlspeis' erfinderisch, was den berühmten böhmischen Köchinnen besonders gut gelang.



Topfenknödel mit Trauben

4 Portionen,
Zubereitung ca. 50 Minuten,
zum Kühlen ca. 3 Stunden

30 g Butter	Trauben:
30 g Staubzucker	150 ml Weißwein
1 Pkg. Vanillezucker	100 ml Apfelsaft
Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)	30 g Kristallzucker
200 g Trauben	200 g Trauben
350 g Topfen (20 % Fett)	Brösel:
1 mittleres Ei	100 g Butter
1 Dotter	2 EL Kristallzucker
120 g Toastbrot (gerieben, ohne Rinde)	150 g Semmelbrösel
	Salz, Mehl

- Für den Teig Butter, Staubzucker, Vanillezucker, Zitronenschale und 1 Prise Salz verrühren. Topfen, Ei, Dotter und Brösel zugeben, alles gut vermengen. Teig für ca. 3 Stunden kalt stellen.
- Wein und Apfelsaft aufkochen, Zucker darin auflösen. Trauben zugeben und ca. 10 Minuten köcheln.
- Salzwasser aufkochen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten. Aus dem Teig 12 Knödel formen, ins Salzwasser legen und ca. 10 Minuten schwach kochen.
- Butter schmelzen, Zucker und Brösel darin anrösten. Knödel in den Bröseln wälzen und mit den Trauben anrichten.

Pro Portion: 753 kcal; 20 g EW; 37 g Fett; 79 g KH; 6,6 BE; 202 mg Chol.

Kaiserschmarren mit Karamelläpfeln

4 Portionen,
Zubereitung ca. 35 Minuten

4 mittlere Eier	Äpfel:
500 ml Milch	3 Äpfel
250 g glattes Mehl	40 g Kristallzucker
1 Pkg. Vanillezucker	250 ml Apfelsaft
Schale von je 1 Bio-Zitrone und -Orange (abgerieben)	Salz, Staubzucker
80 g Kristallzucker	
40 g Butterschmalz	
4 EL Rum	

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Eier in Dotter und Klar trennen. Milch mit Mehl, Vanillezucker, Zitronen- und Orangenschale und 1 Prise Salz glatt rühren.

2. Eiklar mit der Hälfte vom Zucker zu cremigem Schnee schlagen. Schnee und Dotter unter die Milchmischung heben.

3. In einer Pfanne (Ø 24 cm) Butterschmalz erhitzen. Teig hineingießen, gleichmäßig verteilen und bei schwacher Hitze ca. 30 Sekunden anbacken. Schmarren ins Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) stellen und ca. 10 Minuten backen.

4. Schmarren aus dem Rohr nehmen, wenden, mit 2 Gabeln zerplücken und an den Pfannenrand schieben. Auf die freie Pfannenfläche den restlichen Zucker streuen, karamellisieren lassen und mit Rum ablöschen. Schmarren mit dem Karamell vermischen.

5. Äpfel in Spalten schneiden, Kernehäfte entfernen. Zucker in einer Pfanne schmelzen, Apfelspalten darin schwenken, mit Apfelsaft ablöschen und einkochen.

6. Schmarren portionieren, mit Staubzucker bestreuen und mit den Karamelläpfeln servieren.

Pro Portion: 684 kcal; 17 g EW; 20 g Fett; 101 g KH; 8,4 BE; 255 mg Chol.



Preiselbeer-tascherln mit Mohnbutter

4 Portionen,
Zubereitung ca. 40 Minuten

200 ml Milch	Mohnbutter:
30 g Butter	100 g Butter
1 Pkg. Vanillezucker	30 g Mohn (gemahlen)
Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)	2 EL Kristallzucker
140 g glattes Mehl	Salz, Mehl
3 Dotter	
100 g Preiselbeer-kompott	

1. Für den Teig Milch, Butter, 1 Prise Salz, Vanillezucker und Zitronenschale aufkochen. Mehl zugeben und mit dem Kochlöffel rühren, bis sich der Teig vom Topf löst. Teig in eine Schüssel füllen, 2 von den Dottern zugeben, Teig kneten.

2. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche 2 mm dick ausrollen. 12 Scheiben (Ø ca. 10 cm) ausschneiden, mit restlichem Dotter bestreichen und je 1 TL Preiselbeercompott daraufsetzen. Scheiben zusammenklappen, Ränder mit einer Gabel fest zusammendrücken.

3. Salzwasser aufkochen, Preiselbeertascherln darin ca. 10 Minuten köcheln.

4. Butter schmelzen, Mohn und Zucker darin anrösten. Tascherln in der Mohnbutter schwenken und heiß anrichten.

Pro Portion: 538 kcal; 10 g EW; 37 g Fett; 41 g KH; 3,4 BE; 265 mg Chol.

Der „Alle-werden-staunen“-Strudel.



Herbststrudel

Zubereitungszeit:
ca. 1,5 Stunden

Zutaten für 1 Strudel

Strudelteig:

200 g Fini's Feinstes Weizenmehl glatt
100 ml lauwarmes Wasser
20 g Sonnenblumenöl
1 Prise Salz
1 Spritzer Essig
etwas Öl zum Bestreichen
etwas Mehl zum Verarbeiten

Füllung

Biskuit:

2 Eier, getrennt
10 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
1 g Zimtpulver
1 Prise Salz
abgeriebene Schale einer
unbehandelten Zitrone
20 g Kristallzucker
40 g Fini's Feinstes Weizenmehl glatt

Brösel:

50 g Butter
60 g Semmelbrösel
40 g grob gehackte Walnüsse
200 g kernlose Weintrauben
200 g Zwetschken (geviertelt)
zerlassene Butter zum Beträufeln
und Bestreichen

Zubereitung:

1. Für den Strudelteig alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einer Teigkarte miteinander vermischen. Sobald der Teig glatt ist, auf die Arbeitsfläche geben und mit dem Handballen kräftig abkneten. Teig zu einer Kugel formen, auf einen Teller legen und dünn mit Öl bestreichen. Mit Frischhaltefolie abdecken und ca. ½ Stunde bei Raumtemperatur rasten lassen.
2. Für das Biskuit Eidotter, Staubzucker, Vanillezucker, Zimt, Salz und Zitronenschale schaumig rühren. Eiklar und Kristallzucker zu Schnee schlagen und unterheben. Das Mehl darüber sieben und unterziehen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech ca. 1 cm hoch aufstreichen (= ca. ¼ Blech) und im vorgeheizten Backrohr bei 200°C (Ober-/Unterhitze) ca. 8-10 Min. backen. Ausgekühlt in Würfel schneiden und mit den Weintrauben und geviertelten Zwetschken vermischen.
3. Für die Brösel Butter in einer Pfanne schmelzen und die Walnüsse und Semmelbrösel hellbraun rösten.
4. Strudelteig auf einem bemehlten Strudeltuch (z.B. Tischtuch aus Baumwolle) ausrollen und mit den Händen (Handrücken nach oben) so dünn wie möglich ausziehen. Dicke Teigränder wegschneiden. Die ganze Teigfläche mit zerlassener Butter beträufeln. Die Brösel auf das untere Teigdrittel verteilen und mit der Füllung belegen. Ränder seitlich ein wenig über die Füllung schlagen und mithilfe des Strudeltuchs straff einrollen, bis der Strudel mit der „Naht“ nach unten zu liegen kommt. Die Enden gut verschließen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit zerlassener Butter bestreichen. Im vorgeheizten Backrohr bei 170 °C (Ober-/Unterhitze) auf der untersten Schiene ca. 30 Min. goldgelb backen. Am besten lauwarm servieren.

Fini's Feinstes
T I P P S

- **Biskuit am Vortag backen und mit Frischhaltefolie abdecken. Die Brösel können Sie ebenfalls vorbereiten.**
- **Klebt der Strudelteig auf der Arbeitsfläche, arbeiten Sie noch etwas Mehl ein.**
- **Rollen Sie den Strudel mit der „Naht“ nach unten auf einen Backpapierstreifen. So haben Sie ihn einfacher auf das Backblech.**



Sag's fein mit Fini's.

Eile mit Weile

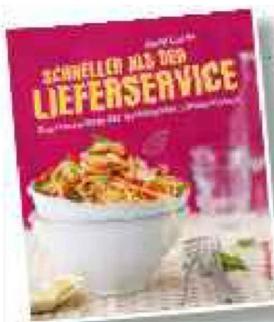
Hurtig kochen, aber in Ruhe genießen! In der heutigen Zeit muss es oft schnell gehen, dennoch, vergessen Sie nicht, sich Zeit beim Essen zu nehmen.



Be happy!

Gute Laune ist Programm für diese Frohnat-Eier-uhr. Die berühmten Köpfe wurden ursprünglich 1968 entworfen.

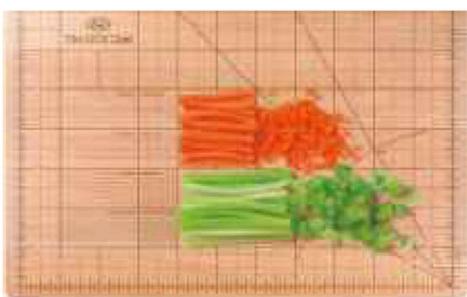
€ 19.95: www.hoptimistshop.com



Keine Macht dem Lieferservice

Selbst gekocht schmeckt es immer besser! Dieser Devise folgt auch Anne Lucas. In ihrem Buch stellt sie über 70 einfache, günstige und schnelle Rezepte der asiatischen, italienischen, orientalischen und vegetarischen Küche vor.

**Anne Lucas. Schneller als der Lieferservice
Verlag Südwest. € 14.99**



Perfektion

Dieses Schneidbrett ist ein Must für Pingelige. Jedes Gemüsestückchen wird Millimeter genau zurecht geschnitten, selbst der rechte Winkel ist vorgegeben.

The OCD Chef, € 19.95; www.radbag.de



Werner Gruber
ist Direktor des
Planetariums und
der Sternwarten
der Stadt Wien.

Foto: Dietmar Brasch (1), Stockphoto.com (1)

NACHGEFRAGT BEIM SCIENCE BUSTER

Der Tea-Pot-Effekt

Es wird herbstlich, die Blätter fallen von den Bäumen, es wird kälter und der Gusto auf einen Tee steigt. Also Tee trinken, aber die Kanne tropft und das Tischtuch wird angepaszt. Warum?

Tatsächlich sorgt der Bernoulli-Effekt für das Kleckern. Bewegt sich eine Flüssigkeit in einem Rohr und kommt ein Hindernis, dann wird die Flüssigkeit schneller. Der Grund liegt darin, dass sich Flüssigkeiten nicht zusammendrücken lassen. Gibt man eine Hand ins Wasser, so kann man die einzelnen Moleküle verschieben – Wasser hat kein Rückgrat. Aber gibt man Wasser in einen Beutel, so dass er prall gefüllt ist, dann sieht man, dass sich Wasser nicht zusammendrücken lässt. Um auf die Kanne zurückzukommen: Die Tülle stellt ein Hindernis dar, also bewegt sich dort die Flüssigkeit schneller. Diese Erhöhung der Geschwindigkeit holt sich die Flüssigkeit aus dem inneren Druck.

Das heißt, es entsteht ein gewaltiger Unterdruck. Praktisch saugt sich die Flüssigkeit an die Rohrwand und damit auch an den Schnabel der Teekanne. Das geht sogar so weit, dass sich der Tee um den Schnabel bewegt, dann kleckern wir ...

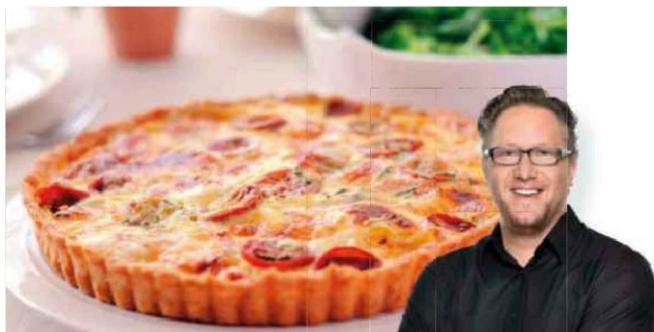


NUR **GUSTO** MACHT GUSTO



GUSTO TV-Tipp

Oliventarte mit Tomaten und Ziegenkäse



Zutaten für 2 Personen

Mürbeig, 750 g fleischige Tomaten, 240g Ziegenfrischkäse, 2 Knoblauchzehen, 2 Schalotten, Frischer Thymian, 40 g Weißbrot, Pfeffer, 200 g schwarze Oliven, 5 EL Olivenöl

Zubereitungszeit: ca. 30 min

Zubereitung:

1. Die Tomaten in dicke Scheiben schneiden.
2. Den Ziegenkäse ebenfalls in Scheiben schneiden.
3. Knoblauch und Schalotten schälen. Beides klein schneiden.
4. Den Mürbeig auf einem Backblech ausrollen und mehrmals mit der Gabel einstechen.
5. Aus dem Weißbrot Brösel machen und den Teig damit bestreuen.
6. Tomatenscheiben und Ziegenkäse darauflegen und mit Schalotten, Knoblauch und Thymian bestreuen.
7. Mit Salz und Pfeffer würzen. Oliven darauf verteilen. Mit Olivenöl bestreichen und im vorgeheizten Roh für ca. 45 Minuten backen.

GUSTO wünscht GUTEN APPETIT!

PULS 5 Samstag, 21.09 12:05 Uhr

SAT.1 Sonntag, 22.09 20:05 Uhr



WELSFILET MIT ZUCCHINIKRUSTE

Saftig gebratener Fisch mit knuspriger Gemüsehaube und feiner Kräutersauce. Rezept auf Seite 48.

Die Regeln für unsere schnellen Rezepte

GUSTO TIPP

- Frische Zutaten kann man in jedem Supermarkt besorgen.
- Fertigteige, TK-Gemüse, Hülsenfrüchte aus der Dose und Ähnliches verkürzen die Zubereitungszeit.
- Man benötigt wenig Kochgeschirr und Werkzeug.
- Die Speisen sind in längstens 20 Minuten fertig.
- Im Schnitt werden pro Rezept 8 Zutaten benötigt (Gewürze ausgenommen).
- Alternativ-Vorschläge bringen zusätzlich Vielfalt.

SALAT CÄSAR

Überraschung: Knackiger Salat begleitet von einer würzigen Marinade und Knoblauchcroûtons. Rezept auf Seite 50.



Blitzschnell zum Genuss

Die für diese Jahreszeit typischen Zutaten wie Bohnen, Fenchel und Kohl sind die Hauptdarsteller dieser kulinarischen Inszenierung. Wie immer in Gusto sind die Rezepte besonders einfach zuzubereiten und stehen in knapp 20 Minuten auf dem Tisch.

Rezepte von Wolfgang Schlüter Fotos von Dieter Brasch

20
Minuten



Welsfilet mit Zucchinikruste

2 Portionen

2 Welsfilets (je 150 g)

Sauce und Linsen:
250 ml Gemüsesuppe
70 g Crème fraîche
50 g Zucchini
1 Pkg. Gartenkresse
1 Dotter
1 EL Parmesan (gerieben)

Salz, Pfeffer, Zitronensaft,
Öl, Butter, Semmelbrösel

- Zucchini grob raspeln, ausdrücken und mit Dotter, Parmesan, 10 g Bröseln sowie Salz und Pfeffer vermischen. Rohr auf Grillstellung vorheizen.
- Für die Sauce 100 ml von der Suppe aufkochen. Crème fraîche einrühren, Sauce 2 Minuten kochen. Kresseblättchen von den Stielen schneiden und unterrühren. Sauce pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen.
- Linsen in 1 TL Butter anschwitzen, mit übriger Suppe aufgießen und unter Rühren bissfest köcheln.

4. Fischfilets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und in 2 EL Öl beidseitig braten; dabei öfter mit Bratfett übergießen.

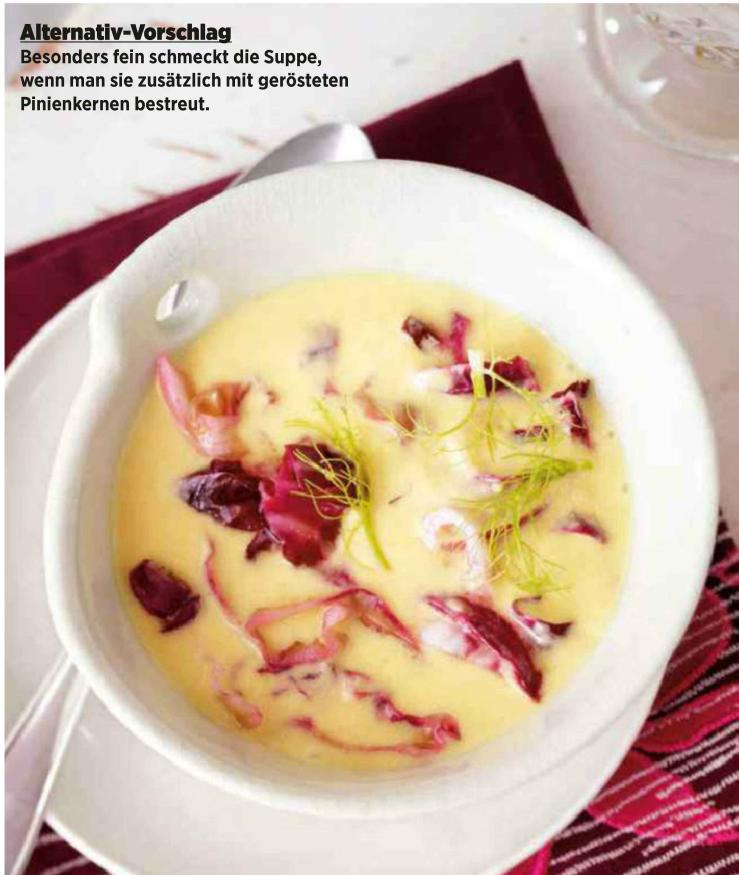
5. Filets in eine Form setzen, mit der Krustenmasse bedecken und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) überbacken. Filets mit Sauce und Linsen anrichten.

Pro Portion: 535 kcal; 21 g EW; 41 g Fett; 19 g KH; 1,6 BE; 252 mg Chol.

20
Minuten

Alternativ-Vorschlag

Besonders fein schmeckt die Suppe, wenn man sie zusätzlich mit gerösteten Pinienkernen bestreut.



Fenchelsuppe mit Radicchio

2 Portionen

250 g Fenchel
½ kleine Zwiebel
1 Briefchen Safran
50 ml Pernod
500 ml Gemüsesuppe
150 g Crème fraîche
150 g Radicchio
(am besten Treviso)
Salz, Pfeffer, Butter, Öl

1. Fenchelgrün abzupfen und hacken. Fenchel schälen, längs halbieren und den Strunk herausschneiden. Fenchel quer in dünne Streifen schneiden. Zwiebel schälen und würfeln.

2. Fenchel, Zwiebel und Safran in 1 EL Butter hell anschwitzen, mit Pernod und Suppe aufgießen. Crème fraîche einrühren, Fenchel bei mittlerer Hitze weich köcheln (dauert ca. 10 Minuten).

3. Inzwischen Radicchio zerpfücken, in ca. 1 cm breite Streifen schneiden, in 1 TL Öl anschwitzen und vom Herd nehmen.

4. Suppe salzen, pfeffern und mit dem Stabmixer pürieren. Radicchio untermischen. Suppe anrichten und mit Fenchelgrün garniert servieren.

Pro Portion: 340 kcal; 5 g EW; 31 g Fett; 11 g KH; 0,9 BE; 87 mg Chol.



WEINTIPP

Dazu empfiehlt sich ein fruchtiger klassischer Grauburgunder aus der Südsteiermark. Gute Figur macht auch ein Pinot grigio aus dem Friuli.

WEINTIPP

Dazu sollten Sie einen jugendlichen Riesling Federspiel mit feiner Mineralität und Pfirsich-Marillenfrucht probieren. Alternative ist ein Riesling aus dem Rheingau.

Alternativ-Vorschlag

Welsfilets dünn mit Senf bestreichen, mit Speckscheiben umwickeln und in Öl rundum knusprig braten.

Bohnen-Chili mit Thymian

20 Minuten

2 Portionen



300 g Zwiebeln
300 ml Gemüsesuppe
3 Knoblauchzehen
150 g rote Bohnen (gekocht)
150 g weiße Bohnen (gekocht)
150 g TK-Fisolen
1 kleiner Chili (gehackt)
2 EL Petersilie (gehackt)

Salz, Pfeffer, Thymian, Essig,
Paprikapulver, Paradeismark, Öl

WEINTIPP

Muskatiger, eleganter, verführerischer Roter Muskateller aus dem Weinviertel vermählt sich ideal mit den „chilligen“ Noten des Gerichtes.

1. Zwiebeln schälen, klein schneiden und in 4 EL Öl goldgelb rösten. 1 EL Paprikapulver und 1 TL Paradeismark untermischen, Suppe zugießen, mit Salz, Pfeffer, Thymian, zerdrücktem Knoblauch und 1 Spritzer Essig würzen. Sauce 10 Minuten köcheln. Falls nötig, mit Wasser untergießen.

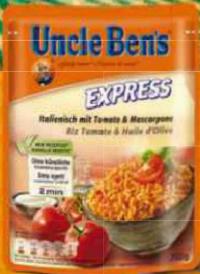
2. Bohnen in ein Sieb leeren, unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Gegen Ende der Garzeit Bohnen, Fisolen, Chili und Petersilie zur Sauce geben. Chili anrichten. Dazu passen Taco Chips.

Pro Portion: 334 kcal; 12 g EW; 18 g Fett;
30 g KH; 2,5 BE; 1 mg Chol.

Alternativ-Vorschlag

Fleischiger ersetzen die Fisolen durch klein geschnittenes, gebratenes Hühner- oder Schweinsfilet.

“Reisfleisch”



Rezeptwettbewerb „Traditionell & schnell“

Traditionelle Reisgerichte gelingen am besten mit Uncle Ben's® Express. Jetzt ausprobieren, Rezept einsenden und gewinnen. Mehr auf www.unclebens.at

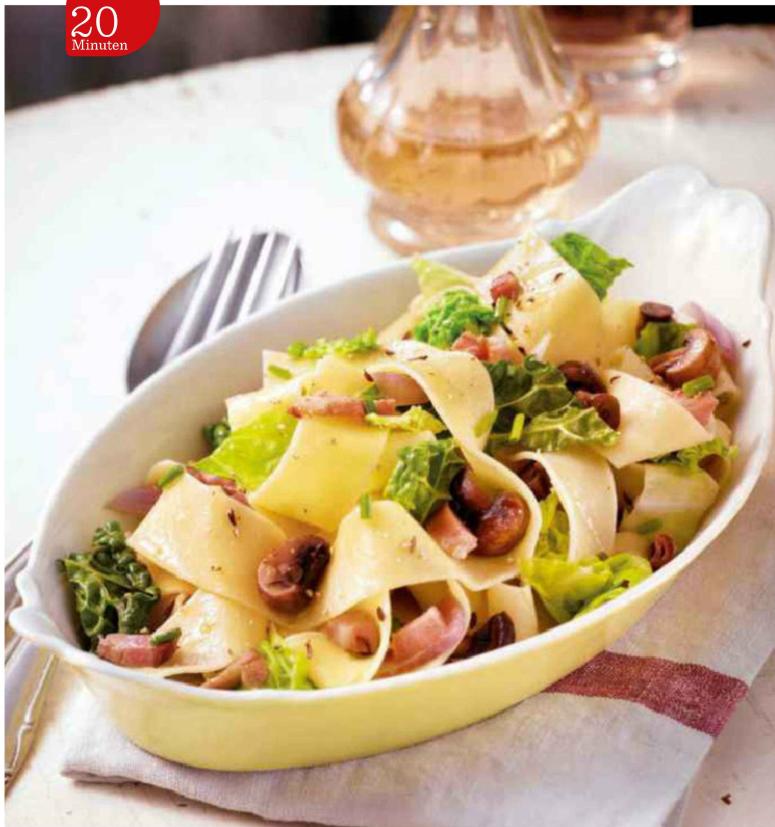
Rezepte



Uncle Ben's®



20 Minuten



Salat Cäsar

2 Portionen

15 Minuten

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| 2 Scheiben
Toastbrot | 60 ml Olivenöl |
| 2 Knoblauchzehen | 1 Dose Sardellen- |
| 1 Eisbergsalat | ringe (grob geschnitten) |
| 1 Dotter | 80 g Parmesan |
| 1 EL Petersilie
(gehakt) | (grob geraspelt) |
- Salz, Pfeffer, Weinessig, Öl*

1. Toastbrot entrinden und in Dreiecke schneiden. Brote in 3 EL Öl goldgelb rösten, mit zerdrücktem Knoblauch vermischen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

2. Salat zerpflücken, waschen und gut abtropfen lassen.

3. Für die Marinade Dotter mit Salz, Pfeffer, 2 EL Essig und Petersilie vermischen, Olivenöl nach und nach untermischen. Sauce mit 4 EL Wasser verdünnen.

4. Salat mit der Marinade vermischen, auf Tellern anrichten und mit Sardellen, Parmesan und Brotstücken garniert servieren.

Pro Portion: 551 kcal; 20 g EW; 47 g Fett; 14 g KH; 1,2 BE; 162 mg Chol.

Pappardelle mit Champignons

2 Portionen

200 g Pappardelle
2 EL Bergkäse (gerieben)

Sauce:

100 g Kohl
100 g Champignons
1 rote Zwiebel
50 g Frühstücksspeck
20 g Schnittlauch
250 ml Gemüsesuppe

*Salz, Pfeffer, Majoran,
Kümmel, Butter*

- Für die Sauce Kohl putzen, Strunk und grobe Blattrippen ausschneiden. Kohl in 1 cm breite Streifen schneiden. Champignons halbieren oder vierteln. Zwiebel schälen, vierteln und quer in Stücke schneiden. Speck und Schnittlauch klein schneiden.
- Speck und Champignons in 1 EL Butter anschwitzen, Kohl zugeben und mit Suppe aufgießen. Gemüse bissfest köcheln (ca. 2 Minuten). Sauce mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Majoran würzen, Schnittlauch einrühren.
- Pappardelle in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abseihen und abtropfen lassen. Pappardelle mit der Sauce vermischen, anrichten und mit Käse bestreut servieren.

Pro Portion: 646 kcal; 21 g EW; 29 g Fett; 75 g KH; 6,2 BE; 123 mg Chol.

WEINTIPP

Fassgereifter, körperreicher Chardonnay mit feinzielerem Säuregerüst, aus dem Neusiedlersee-Hügelland, erzeugt die nötige Spannung zwischen Gericht und Wein.

Alternativ-Vorschlag

Farben sorgen für Abwechslung auf dem Teller. Statt Pappardelle können Sie auch rote oder grüne Tagliatelle verwenden.

WEINTIPP

Zu diesem Salat sollten Sie einen fruchtbetonten, würzigen Kremstal DAC Grünen Veltliner Klassik probieren.

Alternativ-Vorschlag

Sie mögen keinen Fisch, kein Problem. Ersetzen Sie die Sardellen durch gebratene Schinken- oder Speckwürfel.



GUTER GESCHMACK - BEI KNORR CHEFSACHE

»BRINGEN SIE ITALIEN IN IHRE KÜCHE-
MIT KNORR WÜRZGENUSS PUR«



MEDITERRANES CORDON BLEU



ZUTATEN

- 3 Schnitzel (Schwein, Kalb oder Pute)
- 6 kleine Scheiben Schinken
- 3 Scheiben Käse (Emmentaler oder Gouda)
- 1 Topf KNORR Würzgenuss PUR Mediterrane Kräuter
- 2 Eier
- Mehl
- Semmelbrösel
- Pflanzenöl (zum Herausbacken)
- Zitronenspalten

Energie kcal 508	Brennwert kJ 2127	Fett g 27	Kohlenhydrate g 17	Eiweiß g 48
---------------------	----------------------	--------------	-----------------------	----------------

ZUBEREITUNG

1 Schnitzel auflegen, dünn auf beiden Seiten ausklopfen und dabei darauf achten, dass sie nicht einreißen. Auf eine Hälfte jedes Schnitzels eine Scheibe Schinken und eine Scheibe Käse legen und mit Würzgenuss PUR bestreichen. Wieder mit Schinken belegen.

2 Zusammenklappen und die Ränder entweder mit dem Schnitzelklopfer fest zusammenklopfen oder mit Zahntochern fixieren.

3 Eier in einem Suppenteller verschlagen. Nun Schnitzel zuerst in Mehl wenden, durch das Ei ziehen und in Bröseln wälzen. In einer großen Pfanne reichlich Öl erhitzen. Cordon Bleus einlegen, goldbraun herausbacken und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Zitronenspalten servieren.

CHEFKOCH-TIPP

Füllen Sie Ihre Schnitzel zur Abwechslung mit Rindersaftschinken, Camembert und

KNORR Würzgenuss PUR Mediterrane Kräuter. In die Brösel kommen zusätzlich gemahlene Kürbiskerne, die machen Ihr Cordon Bleu besonders knusprig. Als Weinbegleitung zu diesem Gericht passt ein Morillon aus der Südsteiermark.

SCHWIERIGKEITSGRAD

ZEITAUFWAND: 30 MINUTEN

ZUTATEN FÜR 3 PERSONEN





KINDER
KOCHEN

Ahoi! Fischspieße mit Nussreis

Die Gusto-Sprösslinge sind kreativ, üben sich früh am Herd.
Mama und Kind sind das Powerteam.

Rezept von Petra und Ana Wiedermann Fotos von Ulrike Köb

Fischspieße
Zutaten für 4 Portionen

4 kl. Zanderfilets (ca. 600 g)
200 g Basmatireis
2 mittlere Eier
80 g glattes Mehl
150 g Semmelbrösel
1 Bio-Zitrone
2 kleine Gurken
1 roter Paprika
80 g Erdnüsse
Salz, Öl zum Backen

KÜRBISCREMESUPPE

Für die Kürbiscremesuppe den Kürbis halbieren (nicht schälen, denn die Schale wird beim Kochen ganz weich) und die Kerne entfernen. Zusammen mit der gehackten Schalotte in Butter etwas anrösten. Mit Wasser oder Suppe aufgießen und weichkochen. Danach mit dem Passierstab passieren. Die fertige Suppe mit Salz und Pfeffer würzen. Die Creme fraîche dazugeben und gut verrühren.

Tipp: Geben Sie vor dem Servieren einen TL geschlagenes Obers auf die Suppe und bestreuen Sie es mit gehackten Kürbiskernen. Einige Tropfen Kürbiskernöl darüber.

Mmmh, schmeckt nach einem Einser in Bio!

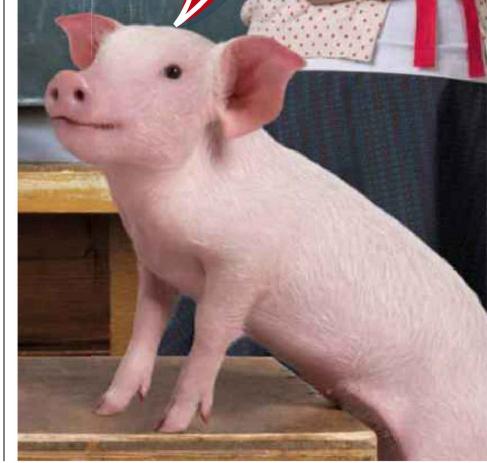
ZUTATEN:

Für 6 Personen:

1 Stk. Hokkaido Kürbis
1 Stk. Schalotte
1 Becher Creme fraîche
30 g Jaf Natürlich Almutter
400 ml Wasser oder Suppe
Kürbiskerne
Salz und Pfeffer



ja!
Natürlich.



1 Fischfilets nach Gräten abtasten und diese entfernen. Filets salzen und in Streifen schneiden.
400 ml Salzwasser aufkochen, Reis einröhren, zugedeckt dünsten, bis das Wasser aufgesogen ist (ca. 10 Minuten).



2 Eier verschlagen. Fischstreifen im Mehl wenden, durch die Eier ziehen und in den Bröseln panieren. Fischstreifen auf Holzspieße stecken.



3 Ca. 2 Finger hoch Öl erhitzen, Spieße darin knusprig backen, herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
TIPP: Eventuelle Fischabschnitte wellenförmig aufspießen und frittieren.

Zitrone in Scheiben, aus den Gurkenenden 4 Flossen schneiden. Fisch mit je 1 Zitronenscheibe und 1 Flosse zusammenbauen.



4 Paprika putzen, klein würfeln und mit den Nüssen unter den Reis mischen. Reis in eine Fischform füllen.

Ana liebt Fischstäbchen, Petra lehnt Convenience ab. Der Kompromiss schmeckt beiden.



5 Reis behutsam auf Teller stürzen und mit den Fischspießen servieren.



Kraftquelle

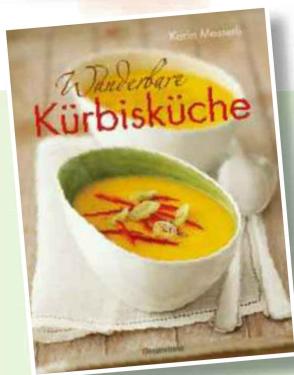
Mit unseren Tipps snacken Sie gesund. Es beginnt beim Einkauf, geben Sie Bio den Vorzug, kaufen Sie regionale Produkte.



Fruchtig

Die Obstpresserei Trummer produziert seit 25 Jahren Säfte. Die Früchte stammen von südburgenländischen Streuobstwiesen, gepresst wird in der Region, haltbar gemacht durch Erhitzen. Der Bauernfruchtsaft Xunder Xandl spricht für sich: keine Farbstoffe, keine Kohlensäure, keine Chemie – 100 Prozent Fruchtsaft.

Trummer Fruchtsäfte, 7551 Stegersbach
www.fruchtsaft-trummer.at



KÜRBISKÜCHE

Das wunderbare Kochbuch von Karin Messerli beweist, wie ideenreich und vielseitig der Kürbis ist. Für alle Anlässe gibt es unkomplizierte Rezepte, ausprobieren lohnt sich.

Karin Messerli. Wunderbar Kürbisküche, Bassermann Verlag, € 9,95



Für Morgenmuffel

Frühstücken ist gesund, bringt den Stoffwechsel in Schwung und versorgt den Körper mit Energie. Wer für die Zubereitung keinen großen Aufwand betreiben will, wird den Cerealienspender lieben: Mit gesunden Zutaten füllen, Schale unterstellen und am Rädchen drehen.

AdHoc Cerealienspender, gesehen bei
www.design-3000.de
 € 34,90



Schneller Snack!

Stressiger Tag und keine Lust zu kochen? Egal ob mittags oder abends genossen – der Kürbiskernölauflöffel schmeckt immer gut, obendrein ist er sehr gesund: 20 ml Kürbiskernöl, 2 EL gehackte Kürbiskerne, 125 g Topfen, 125 g Hüttenkäse, 70 g Kräuterfrischkäse, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Auf herhaftem Brot oder als Dip mit Rohkost schmeckt er am besten.



Elisabeth Fischer
ist Kochbuchautorin
und Expertin für
gesunde Küche.

elisabeth-fischer.com

FRISCHER MIT FISCHER Genuss geht einfach

Jetzt ist die ideale Wanderzeit, nicht mehr zu heiß und noch nicht kalt. Die glasklare Herbstluft belohnt Gipfelstürmer mit beglückender Weitsicht und macht hungrig auf die Jause. Die ist für mich immer wieder ein kulinarischer Hochgenuss – im wahrsten Sinn des Wortes. Nicht, dass ich irgendwelche Raffinessen aus der Gourmetabteilung auf den Berg schleppe. Nein, es gibt Käse, Vollkornbrot, Radieschen, Paprika, Äpfel und Birnen – alles bio, das ist mir wichtig. Beim Brot gehe ich keine Kompromisse ein. Es soll aus herzhaftem Roggen sein und muss auch pur schmecken. Auf den würzigen Hartkäse freue ich mich besonders, er bekommt durch die Wanderzeit die richtige „Raumtemperatur“, kann sein Aroma voll entfalten. Erntefrisches Gemüse und Obst sind vom Bauernmarkt und bereits ihr Einkauf ist ein Vergnügen. Ein perfektes Essen, ich möchte kein Haubenmenü dagegen eintau-

schen, besonders wenn es zum Dessert die letzten selbst gepflückten Beeren gibt. Ein weiterer Vorteil dieser Jause: Man kann ordentlich zugreifen. Denn Wandern verbraucht pro Stunde mindestens 350 kcal. Das ergibt bei einer Runde von fünf Stunden schon 1750 kcal.

Dass Wandern die Kilos verschwinden lässt, habe ich am eigenen Leib erfahren – unbeabsichtigt. Bei einem zehntägigen Wanderurlaub verlor ich drei Kilo, obwohl ich wie eine Schneendrescherin gegessen habe. Weil also Wandern schlank macht, kann man beruhigt eine Rast in einer Almhütte einlegen und zum Beispiel auf der Kranichberger Schwaig am Hochwechsel die besten frisch gebackenen Bauernkrapfen verspeisen.



Fotos Deter Beach (1), Stockphoto.com (1)

Frische Gräser, Kräuter und Heu. Das schmeckt man.

An den Lauf der Jahreszeiten angepasst, verbringen unsere Kühe jeden Sommer auf heimischen Wiesen und Almen, wo beinahe 1.000 aromatische Gräser und Kräuter wachsen. Im Winter stehen wertvolles Heu und mineralstoffreicher Getrideschrot auf ihrem Speiseplan. Als Heumilchkühe bekommen sie garantiert keine vergorenene Futtermittel. Nur so entsteht Heumilch und daraus Käse und viele andere Heumilchprodukte von höchster Qualität und bestem Geschmack.

Mehr Infos auf www.heumilch.at

Heumilch



GARANTIERT GENETECHNIKFREI*
UND SILAGEFREI

* Laut Definition des Österreichischen Lebensmittelkodex für gentechnikfrei erzeugte Lebensmittel.



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LÄNDERN UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer Landwirtschaftsfonds
für die Entwicklung des ländlichen
Raums, hier im Sinne Europas in
den alten Gemeinden

LE 07-13
Entwicklung für das ländliche Forum



KÜRBISZEIT

Sie beginnt schon im Juli,
Hochsaison ist im Spätsommer
und Herbst. Bei richtiger Lagerung
halten die Kürbisse sogar bis in
den Winter hinein.



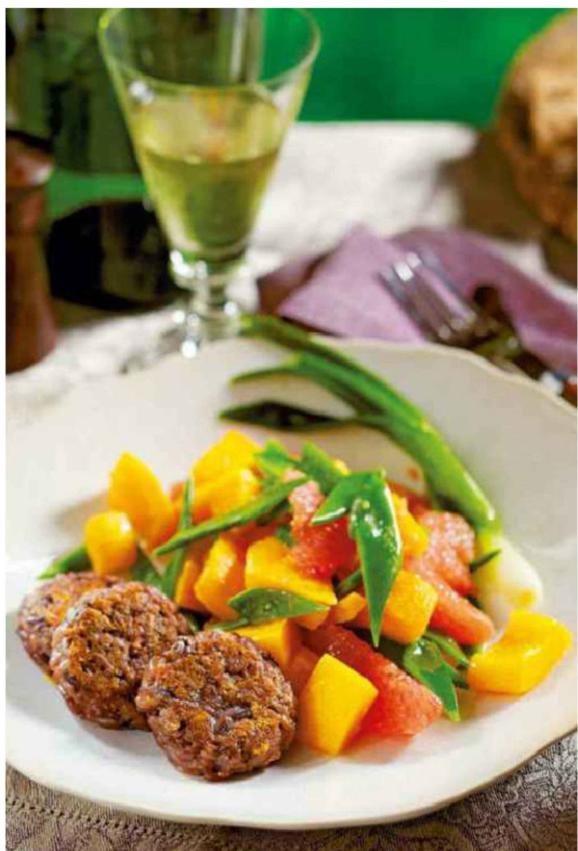
KÜRBIS MIT MANGOLD-BROTFÜLLE

Süß oder nussig? Das zarte Fruchtfleisch des Butternuss-Kürbis vereint beide Aromen. Rezept auf Seite 60.



KÜRBIS MIT GRAPEFRUITS UND REIS-LAIBCHEN

Kürbisse sind ballaststoffreich und leicht verdaulich, deshalb sehr gesund. Rezept auf Seite 60.



Kein Herbst ohne Kürbis!

So lautet unsere Devise. Das aromatische Frucht-Gemüse hat längst Einzug in die Haute Cuisine gefunden und ist vom Speiseplan nicht mehr wegzudenken.

Rezepte von Johann Reisinger Fotos von Stefan Liewehr

Schmeckt und tut gut!

GUSTO
WISSEN

Früher betitelte man Kürbis als Arme-Leute-Essen, heutzutage kaum vorstellbar, denn er gilt als kulinarisches Highlight der kalten Jahreszeit. Sein Einsatz ist grenzenlos, er unterstreicht jedes Gericht mit einer dezent-süßen, herben oder zart-nussigen Note.

Text von Kerstin Grossbauer

► **Wissenswert:** Kürbisse gehören zu den ältesten Kulturpflanzen der Welt, insgesamt gibt es über 400 Sorten. Im botanischen Sinn zählen sie zu den Beerenfrüchten, da die Kerne frei im Fruchtfleisch liegen.

► **Genuss:** Man unterscheidet zwischen Zier- und Speisekürbissen, Zweiterte sind zum Verzehr geeignet. Wichtig ist, die Schale vor dem Kochen zu entfernen, diese kann nicht mitgegessen werden. Ausnahme: Die Schale vom Hokkaido-Kürbis wird beim Garen weich und kann verzehrt werden.

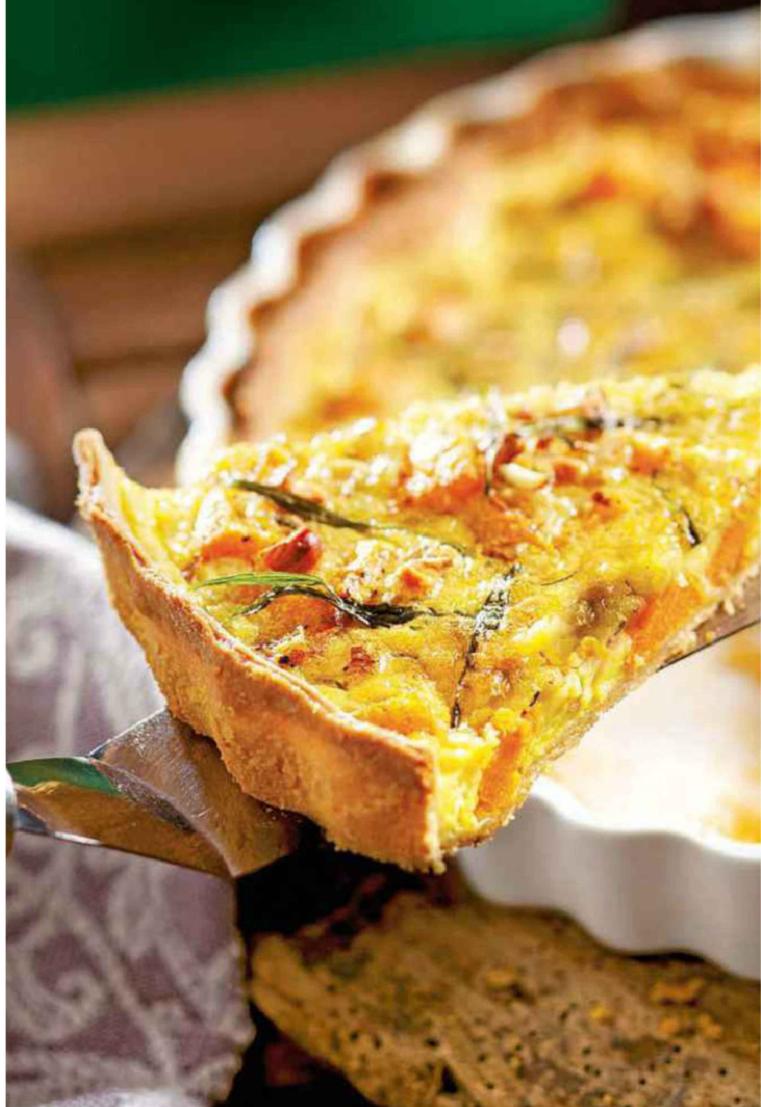
► **Rund und gesund:** Der Kürbis ist eine wahre Vitamin bombe. Er enthält zellschützende Inhaltsstoffe, wehrt schädliche Umwelt-einflüsse ab, beschleunigt den Fettstoff-wechsel, treibt das Immunsystem zu Höchstleistungen an, wirkt vorbeugend gegen Prostataleiden und beruhigend auf eine Reizblase; mit nur 27 kcal pro 100 g eine sehr kalorienarme Köstlichkeit.

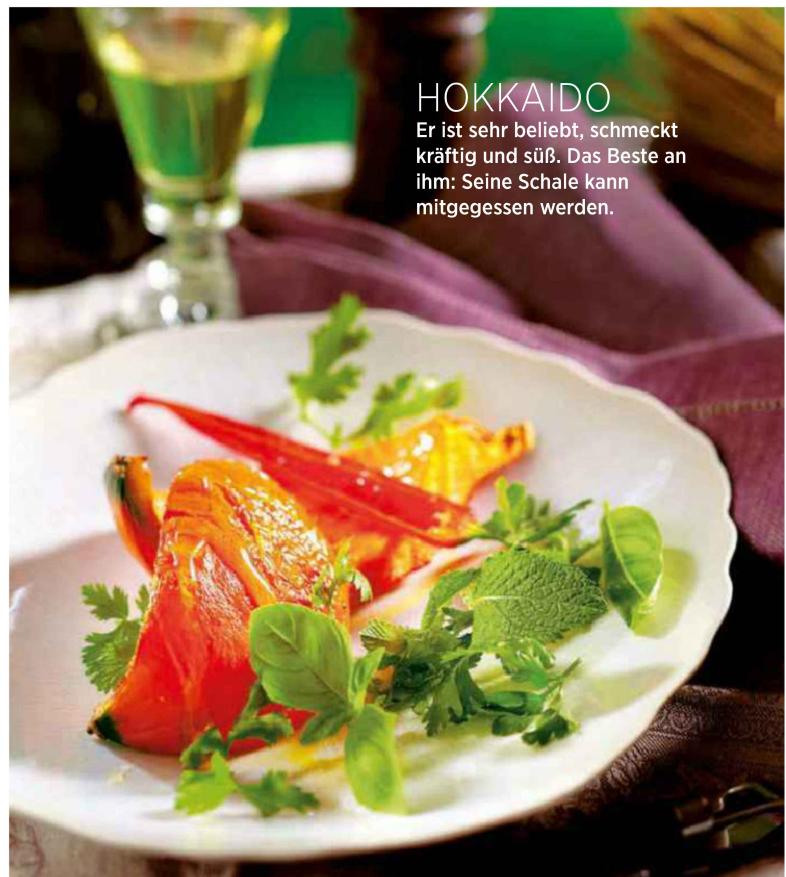
► **Lagerung:** Kürbisse immer kühl lagern, so sind sie mehrere Monate haltbar. Angeschnittenes Fruchtfleisch bleibt im Kühl-schrank 2 bis 3 Tage frisch und eignet sich hervorragend zum Einfrieren.

► **Schwarzes Gold:** Kürbiskernöl gilt als kulinarische Delikatesse und punktet eben-falls mit gesundheitsfördernden Inhaltsstof-fen. 100 Prozent reines Kürbiskernöl wird aus den Kernen des steirischen Ölkürbisses gewonnen, lediglich diese enthalten schalen-lose Kerne. Die ungesättigten Fettsäuren, Linolsäure und Vitamin E beugen Herz-Kreis-lauferkrankungen vor, senken die Blutfett-werte und halten den Cholesterinspiegel in Balance. Tipp: Öl im Kühl-schrank aufbewah-ren, dann wird es nicht so schnell ranzig.

KÜRBISTARTE MIT HASELNÜSSEN

Der feine Boden bildet die Basis, der Kürbis sorgt für den einzigartigen Geschmack, die Haselnüsse verfeinern mit herber Note. Einfach köstlich. Rezept auf Seite 60.





Hokkaido mit Honig und Chili

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

2 kl. Kürbisse
(Hokkaido, ca. 1 kg)
20 ml Haselnussöl
50 g Honig
2 Chilis
2 EL Zitronensaft

Kräutersalat:
1 Hand voll Minze
1 Hand voll Basilikum
1 Hand voll Petersilie
1 Hand voll Koriander
1 Hand voll Rucola

Salz

**GUSTO
TIPP**

Im Hokkaido-Kürbis ist mehr Beta-Carotin enthalten als in Karotten. Es schützt vor freien Radikalen und wirkt entzündungshemmend.

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Für den Salat Kräuterblätter abzupfen und vermischen.

2. Kürbisse vierteln, Kerne mit dem Löffel entfernen. Kürbisse auf ein Backblech setzen, salzen, mit Öl und 20 g vom Honig beträufeln und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 Minuten braten.

3. Nach der Hälfte der Bratzeit Chilis halbieren, entkernen und zu den Kürbissen geben. Kürbisse mit restlichem Honig beträufeln.

4. Kürbisse mit Zitronensaft marinieren und zusammen mit Chilis und dem Kräutersalat anrichten.

Pro Portion: 176 kcal; 5 g EW; 6 g Fett; 25 g KH; 2,1 BE; 0 mg Chol.



Kürbis mit Mangold-Brotfülle

4 Portionen,
Zubereitung ca. 35 Minuten

800 g Kürbis (Butternuss)	30 g Parmesan
150 g rote Zwiebeln	200 g Topfen (20 % Fett)
4 Toastscheiben	20 g Pignoli
60 g Butter	100 g Mangold
30 g Petersilie (fein geschnitten)	Salz, Pfeffer, Öl

1. Rohr auf 180°C vorheizen, Backblech mit Öl bestreichen.
2. Kürbis schälen, Hals in ca. 5 cm dicke Scheiben schneiden, Fruchtfleisch zur Hälfte mit einem Pariserlöffel aushöhlen. Kürbisscheiben auf das Blech setzen, salzen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 15 Minuten braten.
3. Restlichen Kürbis in kleine Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und fein, Toastscheiben in Würfel schneiden.
4. Kürbisstücke und Zwiebeln in Butter anrösten, Toastwürfel zugeben und mitrösten. Petersilie untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Kürbismasse auskühlen lassen.
5. Parmesan reiben und zusammen mit dem Topfen unter die Kürbismasse heben. Topfen-Kürbismasse in die gebratenen Kürbisscheiben füllen und mit Pignoli bestreuen. Kürbis im Rohr (mittlere Schiene) goldbraun überbacken (ca. 15 Minuten). Kürbis mit Mangoldblättern servieren.

Pro Portion: 318 kcal; 15 g EW; 20 g Fett; 19 g KH; 1,6 BE; 40 mg Chol.



Kürbis mit Grapefruits und Reis-Laibchen

4 Portionen,
Zubereitung ca. 35 Minuten

500 g Kürbis (Hokkaido)	Reis-Laibchen:
2 Grapefruits	80 g rote Wildreismischung
30 g Jungzwiebeln	40 g Schalotten
50 g Erbsenschoten	20 g Butter
40 ml Olivenöl	150 ml Wasser

1. Für die Laibchen Reis waschen, Schalotten schälen und hacken. Beides in der Butter andünsten. Reis mit Wasser ablöschen, aufkochen, salzen und zugedeckt weich dünsten. Reis mit Parmesan und Dottern vermischen, aus der Masse kleine Laibchen formen und in 1 EL Öl knusprig braten.
2. Kürbis halbieren, schälen, entkernen, in kleine Stücke schneiden und über Dampf bissfest dünsten. Grapefruits schälen, Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden. Jungzwiebeln und Erbsenschoten putzen, in Stücke schneiden und kurz überkochen.
3. Kürbis mit Grapefruitfilets und Gemüse vermischen, mit Olivenöl marinieren und zusammen mit den Reis-Laibchen servieren.

Pro Portion: 303 kcal; 8 g EW; 19 g Fett; 25 g KH; 2,1 BE; 141 mg Chol.



Kürbistarte mit Haselnüssen

4 Portionen,
Zubereitung ca. 45 Minuten,
zum Rasten ca. 1 Stunde

300 g glattes Mehl	Guss:
4 EL Olivenöl	80 ml Gemüsesuppe
½ TL Salz	40 ml Schlagobers
150 ml kaltes Wasser	4 Dotter

Füllung:
500 g Kürbis (Muskat)
40 ml Olivenöl
30 g Estragon
60 g Haselnüsse
(gehackt)

1. Rohr auf 180°C vorheizen. Tarteform (ca. Ø 26 cm) mit Butter bestreichen und mit Mehl bestaufen.
2. Mehl mit Öl, Salz und Wasser zu einem Teig kneten, in Folie wickeln und im Kühlschrank ca. 1 Stunde rasten lassen.
3. Kürbis halbieren, schälen, entkernen und in 2 cm große Würfel schneiden. Öl erhitzen, Kürbis und Estragon darin bei starker Hitze anrösten, vom Herd nehmen und auskühlen lassen.
4. Für den Guss Suppe, Obers und Dotter vermischen, salzen und pfeffern.
5. Teig ausrollen (Ø ca. 30 cm), in die Form legen, Ränder andrücken. Teig mit einer Gabel mehrmals einstechen, Füllung darauf verteilen, mit Nüssen bestreuen. Tarte auf den Rohrboden stellen und ca. 6 Minuten anbacken, herausnehmen. Tarte mit dem Guss übergießen und im Rohr (160°C, mittlere Schiene / Gitterrost) goldgelb backen (ca. 20 Minuten).

Pro Portion: 624 kcal; 15 g EW; 35 g Fett; 62 g KH; 5,2 BE; 261 mg Chol.



S'Rezept zum Anbeißen guat!

- Man nehme 75 Jahre Meisterbäcker-Tradition
- Verwende extra viel saftige Mohn- oder Nussfüllung
- Und schmecke die Liebe, die in den Stollen steckt!

Tipp vom Ölz Meisterbäcker:
„Geteilter Genuss ist doppelter Genuss!!“



DIE ÖLZ MEISTERBÄCKER SAGEN DANKE! GEWINNEN SIE 1 VON 75 ÖSTERREICH-URLAUBEN!

- ✓ Einfach 5 originale EAN-Codes von Ölz Produkten sammeln & aufkleben
- ✓ Senden an: Rudolf Ölz Meisterbäcker GmbH & Co KG, Postfach 13, 6960 Wolfurt

Gewinngarantie: Alle Einsender erhalten ein Ölz Frühstücksbrettchen.*
Gleichzeitig nehmen Sie am Gewinnspiel für 75 Österreich-Urlaube in Gastein teil.



Liebe Grüße von
 Österreich
ankommen und aufleben

Mehr Infos auf www.oelz.com oder auf facebook.com/OelzMeisterbaecker



...jeder schmeckt, dass Ölz mit Liebe bängt!

www.oelz.com

Der Flair des Orients

Mit diesen Accessoires zaubert man Tausendundeine-Nacht-Feeling in die Wohnung und arabische Gerichte auf den Tisch.



Tajine

Unverzichtbares Kochgeschirr in Marokko. Ob auf offenem Feuer, auf dem Ceranfeld oder im Backofen – nichts brennt an, Fisch und Fleisch gelingen besonders saftig.

Tajine Emile Henry, € 84,90;
www.cuisinarum.at

Mörser

Ein unverzichtbares Gerät in der arabischen Küche. Pflanzliche Zutaten kommen in den Holz-Mörser, im steinernen werden jene für Fleisch klein gemacht.

Mörser mit Stößel, € 19,90;
www.depot-online.com



Prunkvoll

Aus diesen Gläsern schmeckt selbst Leitungswasser königlich. Optimal sind sie natürlich für Minztee. Die Blattgold-Applikation sieht verblüffend echt aus.

Arabesque; je € 2,99;
www.butlers.at



MINZETEE

4 Gläser: 2 TL grünen Tee, 6 Zuckerwürfel und 8 Minzeblätter in die Teekanne geben, 500 ml Wasser zugießen und aufkochen.

Marokkanisches Ritual: Tee mehrmals von der Kanne in ein Glas und wieder zurück gießen, so vermischen sich die Aromen optimal.



Barbara Knapp ist
Gusto-Redakteurin.

Fotos: Dieter Bräsek (1), Helmut Mitter (1)

KNAPP DANEBEN

Das Gfrett ohne Besteck

Hierzulande protzt man mit den verschiedensten Esswerkzeugen: Buttermesserchen, Gabelchen fürs Amuse gueule, Vorspeisenbesteck, Suppenlöffel, Fischmesser, Hauptspeisenbesteck, Dessertgabel und Löffel.

In vielen Ländern Asiens findet man mit einem Löffel und zwei Stäbchen das Auslangen, in Indien braucht man nur die rechte Hand. Als ich das erste Mal in einem Einheimischen-Restaurant in Kochi war, hatte ich meine liebe Not. Das Gemüse war kein Problem, doch Reis und Saucen entpuppten sich als schwieriger Fall. Doch sollte ich aufs Curry verzichten, nur weil ich keine Idee hatte, wie ich die Hürde von gerademal fünfundzwanzig Zentimetern zwischen Schüsselchen und Mund schaffen sollte? Ich beobachtete die anderen Gäste, schaute mir ihre Techniken ab. Eine davon gelang mir auf Anhieb: Etwas vom Chapati oder Naan Brot abzupfen, damit ein Stückchen Fleisch samt Sauce fest umfassen und schwups in den Mund. Der nächste Versuch ging leider in die Hose bzw. aufs T-Shirt: Aus dem Reis ein Kügelchen formen, in die Sauce tauchen und schwungvoll in den Mund damit. Leider hab ich vergessen, den Kopf in den Nacken zu werfen, die Inder machen das blitzschnell, dann funktioniert's auch.

Ähnlich machen es die Marokkaner, sie verwenden drei Finger der rechten Hand als Besteck. Ein entzückendes Tischritual kann man bei privaten Einladungen beobachten: Der Gastgeber löst – natürlich auch mit den Fingern – das zarteste Fleisch vom Knochen oder das schönste Stück vom Fisch und legt es seinen Gästen vor.



JAHN REISEN SELECT



Winter 2013|14

Entdecken Sie die
JAHN REISEN-Urlaubswelten

VOM GUTEN DAS BESTE

- Gehobener Service
- Bestens ausgestattete Zimmer
- Anspruchsvolle Gastronomie

Jetzt im Reisebüro

Reiseveranstalter: JAHN REISEN, eine Marke der REWE Austria Touristik GmbH, 1070 Wien. www.jahreisen.at

URLAUB, WIE ICH IHN MAG.



TAJINE

Davon gibt es unzählige Versionen, diese haben wir uns bei Mohammed Ettaib im Shangri-La in Maskat abgeschaut.
Rezept auf Seite 67.

HARRIRA

Das ist die typische Fastenbrechersuppe im Ramadan. Es gibt zig Varianten, oft werden Reis oder Teigwaren mitgekocht. Bei uns fungiert sie als Hauptspeise. Rezept auf Seite 67.



So kocht man in Marokko

Die Küche Nordwest-Afrikas wurde von vielen Völkern beeinflusst, schafft elegant die Balance zwischen beduinischer Tradition, alter Überlieferung und moderner Finesse.



KLASSIKER

Den Petersilsalat hat man sich im Libanon abgeschaut. Er fehlt auf beinahe keinem Vorspeisenteller in der arabischen Welt. Wer's scharf mag, gibt eine klein gehackte Chilischote oder etwas Harissa hinein. Fürs Foto haben wir einige Petersilblättchen ganz gelassen, im Rezept machen wir sie alle klein.

Tabbouleh

Petersilsalat

4 Portionen,
Zubereitung ca. 15 Minuten,
zum Ziehen lassen ca. 15 Minuten

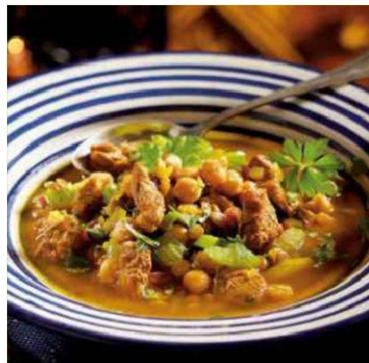
20 g feiner Bulgur
3 EL Zitronensaft
2 EL Olivenöl
100 g Petersilie
2 Zweige Minze
2 Paradeiser
1 mittlere weiße Zwiebel
½ TL Piment

1. Bulgur kurz unter fließendem Wasser waschen, in eine Schüssel geben, mit Zitronensaft und Öl vermischen.
2. Kräuterblättchen abzupfen und fein schneiden. Von den Paradeisern den Strunk entfernen, Paradeiser in kleine Würfel schneiden. Zwiebel schälen, klein hacken und mit dem Piment vermischen.
3. Bulgur, Kräuter, Paradeiser und Zwiebel vermischen. Salat ca. 15 Minuten ziehen lassen.

Pro Portion: 84 kcal; 3 g EW; 4 g Fett; 8 g KH; 0,7 BE; 0 mg Chol.

**GUSTO
TIPP**

Wenn man groben Bulgur verwendet, muss man ihn mit kochendem Wasser übergießen und kurz ziehen lassen.



Harrira

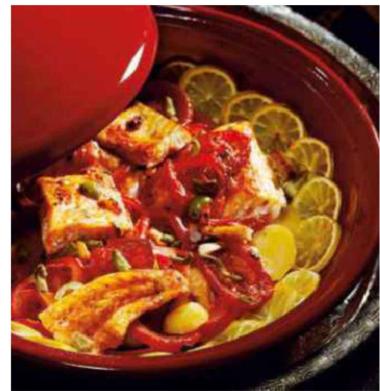
Kichererbsen-Linsen-Suppe

6 Portionen,
Zubereitung ca. 2 Stunden,
zum Einweichen ca. 12 Stunden

200 g Kichererbsen	Je 5 g Pfeffer- und Ingwerpulver
300 g Paradeiser	1 Zimtstange
3 Stangen Sellerie	200 g grüne Linsen
1 rote Chili	30 g Koriander (fein geschnitten)
1 Briefchen Safranfäden	30 g Petersilie (fein geschnitten)
500 g Lammfleisch (Schulter)	Salz, Olivenöl
100 g Zwiebeln	
5 Knoblauchzehen	

1. Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen.
2. Paradeiser kurz in kochendes Wasser legen, enthäuten und in Würfel schneiden. Sellerie schälen und klein schneiden. Chili hacken.
3. Safranfäden in 5 EL Wasser auflösen. Fleisch in Würfel schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein schneiden.
4. Zwiebeln und Knoblauch in 3 EL Olivenöl anschwitzen, Fleisch zugeben und anbraten. Safran samt Wasser, Chili, Pfeffer, Ingwer und Zimt zugeben, mit 1,2 l Wasser aufgießen und aufkochen. Paradeiser und Sellerie zugeben. Kichererbsen abseihen und untermischen, Suppe ca. 1 Stunde köcheln.
5. Linsen zugeben, Suppe köcheln, bis die Linsen bissfest sind (ca. 30 Minuten). Kräuter untermischen, Suppe kräftig salzen.

Pro Portion: 325 kcal; 30 g EW; 10 g Fett; 29 g KH; 2,4 BE; 53 mg Chol.



Tajine Hammour Fassia

Tajine mit Zackenbarsch

2 Portionen,
Zubereitung ca. 45 Minuten

200 g Hammourfilet (Zackenbarsch; oder anderer festfleischiger Fisch)	Je 5 g Harissa, Cumin, Salz und weißer Pfeffer
2 mittlere Paradeiser	10 ml Olivenöl
1 roter Paprika	Je 10 g Koriander und Petersilie (gehackt)
1 Erdapfel (gekocht)	1 Bio-Zitrone
3 Knoblauchzehen	1 EL Zitronensaft
60 g Paradeismark	6 grüne Oliven

1. Fischfilet in 4 Stücke schneiden. 1 Paradeiser kurz in kochendes Wasser legen, enthäuten und klein würfeln. Paprika putzen, Erdapfel schälen. Paprika in Ringe, übrigen Paradeiser, Erdapfel und Zitrone in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und hacken.
2. Paradeismark, gewürfelte Paradeiser, Knoblauch, Harissa, Cumin, Salz, Pfeffer, Öl, Kräuter und Zitronensaft vermischen. Fischfilets darin wenden und kurz ziehen lassen.
3. Erdäpfelscheiben in die Tajine legen. Rand der Tajine mit Zitronenscheiben auslegen. Paradeiser und marinierten Hammour schichtweise einlegen. Marinade darauf verteilen, mit Paprika und Oliven belegen. Tajine auf dem Herd bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten garen.

Pro Portion: 294 kcal; 34 g EW; 10 g Fett; 15 g KH; 1,2 BE; 108 mg Chol.

Kounaffa *Filoteig mit Vanillecreme*

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

5 Blätter Filoteig
(*30 x 31 cm*)

Vanillecreme:

400 ml Milch
1 Pkg. Vanillezucker
Mark aus 1 Vanilleschote
100 g Kristallzucker
4 Dotter

Mandeln:

50 g Mandeln (*geschält*)
2 TL Staubzucker
1 TL Zimt

Pflanzenöl

1. Mandeln in einer trockenen Pfanne goldgelb rösten. Im Kutter grob hacken, mit Zucker und Zimt vermischen.

2. Milch mit Vanillezucker und -mark aufkochen. Dotter und Zucker schaumig rühren. Milch ganz langsam in die Dottermasse gießen, dabei mit dem Schneebesen ständig rühren. Creme wieder in den Topf gießen und langsam erhitzen, bis sie bindet (nicht aufkochen). Creme mit Frischhaltefolie abdecken und abkühlen lassen.

3. Aus dem Filoteig 20 Scheiben (\varnothing ca. 14 cm) ausschneiden. 2 Finger hoch Öl erhitzen, Teigscheiben darin einzeln goldgelb backen; dabei mit dem Siebschöpfer leicht hinunterdrücken, so erspart man sich das Wenden). Scheiben herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen und auskühlen lassen.

4. Jeweils 5 Teigblätter, Creme und Mandeln übereinanderschichten.

Pro Portion: 483 kcal; 12 g EW; 23 g Fett; 56 g KH; 4,6 BE; 261 mg Chol.



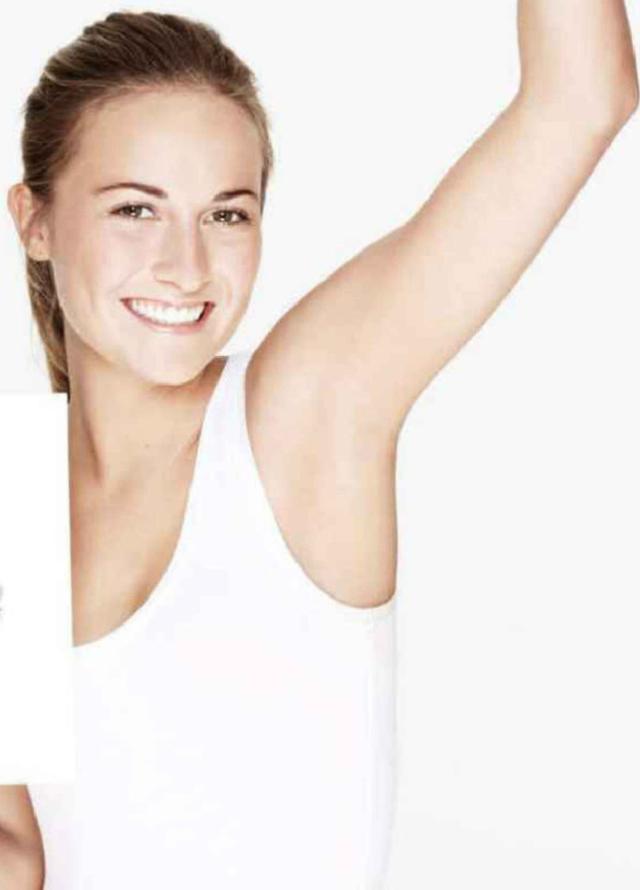
PASTILLA ...

... ist die andere Bezeichnung für dieses Dessert. Man kann es super vorbereiten, übereinander stapelt man die Schichten erst kurz vor dem Servieren.

Das Geheimnis schön gepflegter Achseln? Einfach Dove.

Was macht Dove so besonders? Bei jeder Rasur werden nicht nur Haare sondern auch Haut entfernt. Nur Dove enthält ¼ Pflegecreme. So kann sich die Haut besser regenerieren und die Achseln bleiben glatt und schön gepflegt.

facebook.com/dove



1 Jahr* GUSTO + Küchenwaa

Sichern Sie sich jetzt zu Ihrem Abo die praktische

Küchenwaage Page Evolution Steel

Mit weniger als einem Zentimeter Höhe und der eleganten Edelstahl-Oberfläche ist diese Waage ein Highlight für Ihre Küche. Modernste Technik macht sie zur flachsten Küchenwaage der Welt.

- Sensor Touch – sanftes Berühren der Tasten genügt
- Praktische Zwiegefunktion
- Umschaltfunktion in g/ml
- Tragkraft bis 5 kg/5000 ml
- Feineinteilung in 1 g/1 ml
- Energiesparende Abschaltautomatik
- Maße: B 13,2 x T 20,7 x H 0,9 cm
- 5 Jahre Garantie

Ihre GUSTO-Abo Vorteile:

- 12x bequem und portofrei in Ihrem Briefkasten
- Sie sparen über € 45,- gegenüber dem Einzelkauf
- Servicegarantie: Lieferunterbrechung, Urlaubsnachsendung & Heftnachbestellung

*Wenn ich mich nicht 2 Hefte vor Ende meines Abonnements schriftlich melden, möchte ich GUSTO zu den jeweils gültigen Bedingungen für Jahresabonnenten weiterbeziehen. Die Zusendung des Artikels erfolgt nach verbuchtem Zahlungseingang (zzgl. € 5,- Versandspesen) und solange der Vorrat reicht. Bearbeitungsgebühr € 0,90. Angebot ist nicht auf bestehende Abos anrechenbar. Ich bin damit einverstanden, dass die Verlagsgruppe News meine Daten für die Übermittlung von Informationen über ihre Produkte und Aktionen, einschließlich Abo-Angeboten, nutzt. Ich nehme zur Kenntnis, dass diese Einverständniserklärung jederzeit widerrufen werden kann. Angebot gültig bis 31. 10. 2013. Druckfehler & Irrtümer vorbehalten.



SOEHNLE

Nur 0,9 cm



ge um nur € 47,90

Waage aus hochwertigem Edelstahl.

UM NUR
€ 10
STATT € 49,99



SYMBOLBILD

**Bestellen Sie jetzt!
01/95 55 100 oder gusto.at/abo**

Frisch ans Werk!

Rühren, schlagen, kneten ... Wer will guten Kuchen backen, der braucht ein Rezept, Werkzeug und Zeit.

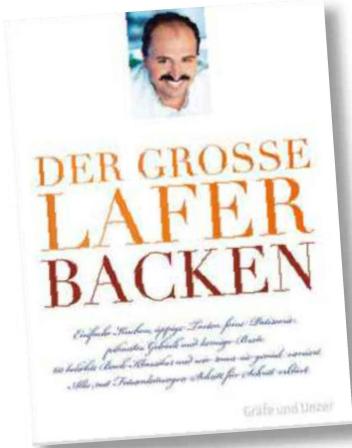
Perfekter Schnee

- Viel Luft muss in den Eischnee,
- damit er locker, zugleich stabil wird.
- In einer weiten Rührschüssel gelingt
- das besser, ideal ist der klassische
- Schneekessel aus Edelstahl.



Backvergnügen

Schwer in Ordnung sind die neuen Backformen von Le Creuset. Stabil durch Karbonstahl, langlebig durch knallharte Antihaltbeschichtung. Tarteform (\varnothing 26 cm) mit herausnehmbarem Boden, € 29,95



Der Hans, der kann's

Der omnipräsente Johann Lafer ist auch als Kochbuchautor eine fixe Größe. Seine 480-seitige Backschule, die von Hefezopf, Malakofftorte bis zu den Vanillekipferln alle Klassiker behandelt, darf ins Regal zu den Standardwerken gereiht werden.

**Der große Lafer Backen
Gräfe und Unzer, € 41,10**



Kafkas Gugelhupf

Aus 250 g Staubzucker, Schale von 1 Orange und Zitrone, 6 Eiern und Stärkemehl im Gewicht zweier roher Eier bestand jener Gugelhupf, den die Erzieherin Anna Pouzarova wöchentlich für Franz Kafka backen musste.



Sonja Stummerer und Martin Hablesreiter sind Architekten in Wien.
honeyandbunny.at



HONEY & BUNNY Mohnnudeln

In den dreißiger Jahren notierte Zwettler Mohn an der Londoner Börse. Der Anbau von so genanntem Schlafmohn blickt in Österreich, wo er im Gegensatz zu Deutschland bis heute erlaubt ist, auf eine lange Tradition zurück. Hierzulande erfreute man sich schon während der Hallstattzeit, also vor mehr als 4000 Jahren, an den öhlältigen, nussig duftenden Samen. Überhaupt ist Mohn eine der ältesten Kulturpflanzen. Ab 6000 vor Christus ist die Verwendung als Nutzpflanze in Südeuropa nachgewiesen. Ob die Menschen der Steinzeit oder der Antike nur den Geschmack oder auch die opiatischen Fähigkeiten der wunderschönen Blume zu schätzen wussten sei dahingestellt. Die Sumerer bezeichneten Mohn jedenfalls als „Pflanze der Freude“ und der berühmte Waldviertler „Mohnzuzel“ für Kleinkinder galt noch bis in die erste Hälfte des zwanzigsten Jahrhunderts als bewährtes Beruhigungsmittel.

Ein reines und höchst legales Genussmittel ist die facettenreiche böhmisch-österreichische Mehlspeisküche rund um den Mohn. Und neben den Mohnzelten sind wohl die Mohnnudeln der berühmteste und beste Ableger dieser nordosterrreichischen Delikatessenvielfalt. Mohnnudeln vereinen die zentraleuropäische Schupfnudel mit den gemahlenen Samen des Graumohns, Butter und Zucker. Der Morphingehalt, als die opiatische Fähigkeit fällt dabei übrigens denkbar gering aus und der Verzehr ist definitiv gesundheitlich unbedenklich. Allerdings kann das genussvolle Verspeisen eines Tellers Mohnnudeln zu einem positiven Befund bei einem Drogentest führen, weshalb die Nachspeise zumindest in deutschen Gefängnissen verboten ist. Die Armen!

EINS
MIT DER
NATUR.

Dermer, Merlicek & Bergmann

Die Zuckerseiten Österreichs.

www.wiener-zucker.at



Sündhaft gut

Fein gefüllte und garnierte Torten sind nicht nur ein Blickfang, sondern auch eine wahre Gaumenfreude. Gern gesehen und besonders geschätzt zu einer Tasse Kaffee oder Tee. Wie wäre es mit unserer Trüffeltorte?

Rezept von Christine Egger Fotos von Ulrike Köb



Kochschul-Tipp

Bio Kristallzucker

... kann nach denselben Rezepturen wie Kristallzucker verwendet werden. Durch seine feine Körnung eignet er sich hervorragend für die Zubereitung von feinen Mehlspeisen – wie Trüffeltorten – und zum Süßen von kalten und warmen Getränken.

www.wiener-zucker.at



**GUSTO
TIPP**

Die Torte lässt sich besonders einfach portionieren, wenn man das Messer vor jedem Schnitt kurz in heißes Wasser taucht und mit einem Tuch trockenwischt.



Trüffeltorte

1 Torte (10 Stücke), Zubereitung ca. 80 Minuten, zum Kühlen ca. 9 Std.

- Für die Creme Obers aufkochen, vom Herd nehmen, Kuvertüre darin auflösen. Creme mit dem Stabmixer 20 Sekunden aufschlagen und zugedeckt für 8 Stunden kühlen stellen.
- Rohr auf 160°C vorheizen. Springform (Ø 24 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstreuhen.
- Mehl mit Kakao mischen. Eier trennen. Dotter mit Staubzucker und Zitronenschale schaumig schlagen, Butter nach und nach untermischen. Eiklar mit Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen. Schnee und Mehl-Kakaomischung unter die Masse heben.
- Masse in der Form verstreichen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Für die Tränke Wasser und Zucker verrühren, aufkochen, vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Rum unterrühren.
- Creme mit dem Handmixer (kleinste Stufe) aufrühren. Torte zweimal horizontal durchschneiden, Böden mit Tränke beträufeln, 2 davon mit je einem Drittel von der Creme bestreichen und übereinander setzen. Übrigen Boden darauf legen. Torte rundum mit der Hälfte der übrigen Creme einstreichen. Restliche Creme in einen Dressiersack mit Sterntülle füllen. Torte mit Rosetten und Spänen garnieren, vor dem Anschneiden für 1 Stunde kühlen stellen.

Pro Stück: 525 kcal; 11 g EW; 32 g Fett; 49 g KH; 4,1 BE; 218 mg Chol.

**120 g glattes Mehl
30 g Kakao
7 mittlere Eier
70 g Staubzucker
Schale von ½ Bio-Zitrone (abgerieben)
50 g Butter (zerlassen)
80 g Kristallzucker**

Schokocreme:
**600 ml Schlagobers
200 g dunkle Kuvertüre (gehackt)
2 EL Rum**

Tränke und Garnitur:
**100 ml Wasser
100 g Kristallzucker
1 EL Rum
50 g Schokospäne**

Butter, Mehl

Der besonder Kniff



Versiebt

Mehl und Kakao getrennt oder gemeinsam versieben, damit im Teig keine unerwünschten Klümppchen entstehen. Außerdem wird dadurch das Mehl lockerer und die Torte luftiger.

Perfekt gebacken

Am Ende der Backzeit einen Metall- oder Holzspieß in die Torte stecken und herausziehen. Haftet Masse am Spieß, ist die Torte noch nicht fertig gebacken.



Schokospäne

Späne entweder mit der Messerschneide oder mit einem glatten, runden Ausstecher vom Schokoladeblock schaben. Besonders einfach gelingt das, wenn die Schokolade Zimmer-temperatur hat.





Für die Creme Obers aufkochen und vom Herd nehmen. Gehackte Kuvertüre unter Rühren darin auflösen.



Creme mit dem Stabmixer ca. 20 Sekunden aufschlagen.



Creme mit Frischhaltefolie zudecken und für 8 Stunden kühl stellen.



Dotter mit Staubzucker und Zitronenschale schaumig schlagen, Butter untermischen.



Schnee und Mehl abwechselnd behutsam unter den Dotterabtrieb heben.



Masse in der Form verstrecken und im Rohr ca. 50 Minuten backen.



Torte aus der Form lösen und zweimal horizontal durchschneiden, so dass drei Böden entstehen.



Creme mit dem Handmixer (kleinste Stufe) dickcremig aufrühren.



Böden tränken, mit Creme bestreichen und übereinander setzen. Torte rundum mit Creme einstreichen.



Übrige Creme in einen Dressiersack füllen, Rosetten auf die Torte dressieren. Torte mit Schokospänen garnieren.

Erste Hilfe

Sollte Ihnen trotz aller Vorsicht die Schoko-creme während des Aufschlagens gerinnen, kann man sie noch retten: Creme schwach erwärmen, vom Herd nehmen und so lange rühren, bis sie wieder bindet.

STRUDELTEIGKUCHEN MIT NUSSFÜLLE

Die knusprigen Strudelblätter zerkrachen im Mund. Der nussig-traubige Geschmack überzeugt. Rezept auf Seite 82.



Zum Verlieben!

Es erwartet Sie eine kunterbunte Mischung an Süßem. Das Beste daran: Der Weg dorthin ist einfach. Also nicht lange überlegen, ran ans Werk und fertig.

Es lohnt sich – versprochen.

Rezepte von Alexander Knakal Fotos von Eisenhut & Mayer



MANDELTORTE

Sie stammt aus Galicien,
nennt sich Tarta de Santiago,
kommt mit wenigen Zutaten
aus und schmeckt super.
Rezept auf Seite 82.



KAFFETORTE MIT BISKOTTEN

Wer noch kreativer sein möchte, setzt der Torte Kaffeebohnen und ein Kakaomuster oben drauf. Rezept auf Seite 82.





Die KENWOOD KOCH.AKADEMIE

Mit der KENWOOD KOCH.AKADEMIE haben KENWOOD und Starkoch Toni Mörvald den Zauber und die Finessen der Haute Cuisine in Österreichs Hobbykoch-Küchen gebracht. Die erklärte Mission: Kochbegeisterung wecken und kultivieren.

Sieben heimische Spitzenköche von Hubert Wallner bis hin zu Thomas M. Walkensteiner warten an über das Land verteilten Top-Locations auf Kochkünstler und kulinarische Debütanten. Pro Monat werden ein bis zwei Kurse pro Bundesland angeboten. Einfache Rezepte raffiniert zubereitet und qualitativ hochwertige Küchenhilfen sind die Grundlagen für erfolgreiches Erlebniskochen.

KENWOOD übernimmt die Hälfte der Kosten der 4 Stunden dauernden Kochkurse im Wert von jeweils EURO 180,00. Will heißen: EURO 90,00 pro Kurs und Person sind ein Geschenk an die hohe Kunst des Kochens.
Mehr Infos unter: www.kenwoodkochakademie.at



Käsesprache von Heumilch

Ist Ihnen beim Genuss von Emmentaler schon einmal aufgefallen, dass er nach Walnuss und Ananas riecht – ja, sogar nach etwas Lebkuchen? Falls ja, mag es umso mehr verwundern, dass bisher keine „**Käsesprache**“ existierte. Grund genug für die ARGE Heumilch, gemeinsam mit einem Expertenteam aus Käseherstellung, Ernährungswissenschaft, Sensorik, dem Käseverkauf sowie Ausbildern von Fachschulen ein umfangreiches Vokabular auszuarbeiten – um es allen zugänglich zu machen, die sich beruflich oder privat mit Käse auseinandersetzen.

Verkostungsformulare und Aromagruppen stehen unter: www.heumilch.at als Download bereit. Dort kann auch die Heumilch Käsesprache kostenlos bestellt werden.



Frischer Mürbteig 300 g von Tante Fanny

Frischer Mürbteig bietet den idealen Boden oder Hülle für Ihre pikanten und süßen Gerichte in Form von **Quiches, Tartes oder Strudel**.

Der frische Mürbteig 300 g, besonders gut für **pikante Gerichte** geeignet, ist rechteckig und bereits backfertig auf Backpapier gerollt.



Köstliche Rezepte finden Sie auf www.tantefanny.at

Tante Fanny Frischer Mürbteig 300 g ist **laktosefrei, rein pflanzlich und ohne gehärtete Fette**.

Senden Sie uns eine Mail mit Angabe Ihrer Adresse an info@tantefanny.at, Kennwort: „Gusto“. Als kleines Dankeschön erhalten Sie ein Gratis-Rezeptheft mit vielen Ideen rund um frische Teige.

Vakuumgaren endlich auch für Haushalte!

AEG ProCombi Sous Vide Multi-Dampfgarer:

Professionelle Köche weltweit schwören auf das Vakuumgaren! Mit dem AEG ProCombi Sous Vide MULTI-Dampfgarer können Sie Kochresultate wie in der Spitzengastronomie nun auch zu Hause verwirklichen.

Sous Vide: Wie funktioniert's?

Beim Sous Vide-Garen werden die Zutaten für ein Gericht zunächst in Plastiktüten vakuumiert und anschließend bei vergleichsweise niedrigen Temperaturen von bis zu 80 Grad schonend gegart. Nach der Vorbereitung gelingt das Kochen praktisch von selbst: Es kann nichts anbrennen, übergaren oder austrocknen und Vitamine, Nährstoffe und Aromen bleiben erhalten. Selbst umfangreiche Menüs können gut vorbereitet und erst kurz vor dem Servieren fertiggestellt werden. So bleibt mehr Zeit für die Gäste und es kommt nicht zu unnötiger Hektik in der Küche.

Mehr Informationen unter: www.aeg.at





Spanische Mandeltorte

1 Torte (12 Stücke), Zubereitung ca. 1 ¼ Stunden

6 mittlere Eier
250 g Kristallzucker
Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)
Schale von 1 Bio-Orange (abgerieben)
500 g Mandeln (fein gerieben)

Salz, Staubzucker, Öl

- Backrohr auf 150°C vorheizen. Eine Springform (Ø 26 cm) dünn mit Öl ausstreichen und mit Mehl ausstreuen. Boden und Rand mit Backpapier auslegen.
- Eier sehr schaumig rühren (mindestens 10 Minuten). Zucker einrieseln lassen und die Masse dickcremig aufschlagen. 1 Prise Salz, Zitronen- und Orangenschale unterrühren. Mandeln löffelweise untermischen.
- Masse in die Form füllen, glatt streichen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 45 Minuten backen. Garprobe: Torte mit einem Holz- oder Metallspießchen anstecken, bleibt keine Masse daran haften, ist die Torte fertig gebacken.
- Torte aus dem Rohr nehmen und in der Form auskühlen lassen. Torte mit Staubzucker bestreut servieren.

Pro Stück: 378 kcal; 14 g EW; 25 g Fett; 25 g KH; 2 BE; 129 mg Chol.

Strudelteig-kuchen mit Nussfülle

1 Kuchen (16 Stücke), Zubereitung ca. 1 Stunde

6 Blatt Strudelteig
100 g Butter (zerlassen)

Füllte:

7 mittlere Eier
60 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)
70 g Kristallzucker
100 g glattes Mehl
100 g Haselnüsse (gerieben)
500 g Trauben (weiß und rot; abgereeblt)

Salz, Zimt, Butter, Mehl

1. Form (ca. 20 x 20 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstreuen. Eier in Dotter und Klar trennen. Dotter, Staubzucker, Vanillezucker, 1 Prise Salz, 1 MS Zimt und Zitronenschale schaumig schlagen. Eiklar mit dem Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen und unter die Dottermasse heben. Mehl und Nüsse unterheben, Trauben untermischen.

2. Rohr auf 170°C vorheizen. Teigblätter auf ein feuchtes Tuch legen, mit Butter bestreichen. 3 Blätter leicht versetzt in die Form legen, Füllte darauf verteilen, Teigblätter einschlagen, restliche Blätter wellig auf den Kuchen legen, mit Butter bestreichen und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten backen. Kuchen herausnehmen, überkühlen lassen und lauwarm servieren.

Pro Stück: 245 kcal; 7 g EW; 13 g Fett; 25 g KH; 2,1 BE; 128 mg Chol.



Kaffeetorte mit Biskotten

1 Torte (16 Stücke), Zubereitung ca. 45 Minuten, zum Kühlen ca. 5 Stunden

40 Biskotten

Tränke:

130 ml Kaffee

(flawarm)

80 ml Rum

Kaffeecreme:

3 Blatt Gelatine

2 mittlere Eier

2 Dotter

40 g Kristallzucker

10 g Löskaffee

20 ml Rum

20 ml Kaffeelikör

200 g dunkle

Kuvertüre (geschmolzen)

400 ml Schlagobers

Weisse Creme:

2 ½ Blatt Gelatine

250 ml Schlagobers

50 g Staubzucker

1. Springform (Ø 26 cm) vorbereiten. Für die Creme Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eier, Dotter, Kristallzucker und Löskaffee über Dampf schaumig schlagen. Gelatine gut ausdrücken und unterrühren. Rum, Likör und Kuvertüre zugeben, glatt rühren, Masse leicht überkühlen lassen. Obers schlagen und unterheben.

2. Für die Tränke Kaffee mit Rum vermischen, Biskotten kurz darin tränken und in der Tortenform übereinanderschichten. Creme darauf verstreichen, Torte für ca. 3 Stunden kalt stellen.

3. Für die weiße Creme Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 2 EL vom Obers erwärmen, Gelatine gut ausdrücken und darin auflösen. Restliches Obers mit dem Staubzucker cremig schlagen, Gelatine unterrühren. Creme in einen Dressiersack mit glatter Tülle füllen und in Form von Tupfen auf die Torte dressieren. Torte zum Festwerden der Creme für ca. 2 Stunden kalt stellen.

Pro Stück: 263 kcal; 5 g EW; 17 g Fett; 19 g KH; 1,6 BE; 116 mg Chol.



Topfentorte

1 Torte (12 Stücke), Zubereitung ca. 1 Stunde

500 g **Topfen** (10 % Fett)
125 g Crème fraîche
50 g Staubzucker
1 Pkg. Vanillezucker
60 g glattes Mehl
40 g Weizengrieß
Schale von 1 Bio-Orange (abgerieben)
Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)
5 mittlere Eier
60 g Kristallzucker
60 g **Butter** (zerlassen)

Salz, Mehl, Staubzucker, Butter

1. Springform (Ø 24 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstreuen. Topfen, Crème fraîche, 1 Prise Salz, Staubzucker, Vanillezucker, Mehl, Grieß, Orangen- und Zitronenschale verrühren und ca. 10 Minuten rasten lassen.
2. Rohr auf 180°C vorheizen. Eier in Dotter und Klar trennen. Dotter nach und nach in die Topfmasse rühren. Eiklar mit dem Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen, abwechselnd mit der Butter unter die Topfmasse heben.
3. Masse in die Form füllen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 35 Minuten backen. Torte herausnehmen, auskühlen lassen, Reifen abheben. Torte mit Staubzucker bestreuen.

Pro Stück: 216 kcal; 9 g EW; 11 g Fett;
20 g KH; 1,6 BE; 132 mg Chol.

Ich höre

www.radio886.at

88.6

Der Musiksender



Wien 88,6 NÖ-Süd 106,7 St. Pölten 100,8 Waldviertel 104,9 Mostviertel 103,3 Burgenland 106,3



Heimvorteil

Österreich ist ein Land kulinarischer Vielfalt. Jede Region hat ihre Spezialitäten und Köstlichkeiten. Augen auf, denn das Gute liegt ganz nah.



Mohnzeit

Wer Waldviertler Graumohn liebt, muss nach Armschlag zu Rosewiesinger. Sie ist die Mohnwirtin und berühmt für die ziemlich besten Mohnnußnudeln überhaupt. Nicht nur das, im schmucken Wirtshaus im Zentrum des idyllischen Dorfes wird der schwarze Regionalstolz in all seiner Vielseitigkeit gaumenfein präsentiert. Zum Beispiel als köstliche Mohnknödel mit Hollerkoch.

www.mohn.at

Greif zu!

Im Oktober ist es wieder soweit. Rund 100 Aussteller präsentieren auf der traditionellen Genussmesse im Burgenland ihre Spezialitäten und regionale Schmankerln. Ein Highlight ist das Genussbuffet, um € 35,- können Sie Köstliches vom Wild und vom Zickentaler Moorochsen verkosten.

Messegelände Oberwart, 26. u. 27. Oktober 2013, 9 bis 18 Uhr
www.genuss-burgenland.at



URLAUB beim Winzer

Zur Weinlese reist der Schluckspecht gerne zum Wein. Übernachtet am Winzerhof, erkundet Keller und Wirtschaft, packt zuweilen mit an. Zumindest ist der gute Tropfen ganz nah, und auch die Hauerjause.

www.urlaubamwinzerhof.at



Susanne Hofbauer
ist als Redakteurin
viel unterwegs und
gerne Raritäten auf
der Spur.



HOFBAUERS EINKAUFSTAGEBUCH

Schwarz am Brot

Erschrecken ist nie lustig, und auf nüchternen Magen trifft es einen besonders hart. Ermattet aber stolz darauf, die erste Heldenat des Tages wieder gemeinsam und sich den ersten Morgenkaffee gekocht zu haben, steht man in der Küche, macht das Küchenkastl auf, um das tägliche Ritual mit dem Griff nach dem Honigglas in die nächste Runde zu führen, – und wird schockbleich: Der Honig ist aus!

Für mich ist so etwas, gelinde gesagt, eine Katastrophe. Drei Dinge dürfen in meinem Haushalt nie ausgehen: Kernöl. Champagner. Und Honig. Da bin ich eigen. Ein Frühstück ohne Honigbrot ist für mich undenkbar. Mag das Brot auch altpacken und die Butter aus der Industriemolkerei sein: Der Honig muss vom Feinsten sein.

Und dann erreicht mich plötzlich das Bienensterben, persönlich, an einem Montag um 6 Uhr in der Früh. Der Nachschub war verebbt, weil dem Honiglieferanten meines Vertrauens die Ernte karg geworden war. Immer weniger Bienenvölker, immer weniger Honig, immer dringlichere Anfragen von urbanen Frühstücks-Honigbrot-Junkies, die ihm das Messer ansetzen und jeden Preis für das letzte Glas Honig zu zahlen bereit waren. Und dann: Ausverkauft.

Bleich und wortlos verließ ich die Wohnung, in Pyjama und Hausschuhen, und fuhr gen Süden, wo im fernen Hermagor alljährlich Mitte August ein Honigfest abgehalten wird (Info für 2014 zu gegebener Zeit unter: www.honigfest.at). Das Angebot war reichhaltig, es war der Himmel auf Erden: fahltrüber Rapshonig, hellgelber Akazienhonig, dunkelklarer Waldhonig, orangefarbener Blütenhonig. Es stehen jetzt viele Gläser in meinem Küchenkastl. Sehr viele. Der Honig ist mein Lebensbarometer. Sterben die Bienen, heißt es, stirbt auch der Mensch. Und ich bin das beste Beispiel dafür.



Ausgezeichnete Gastronomie!

Das AMA-Gastrosiegel garantiert kontrollierte regionale Herkunft von Fleisch, Milchprodukten, Eiern, Erdäpfeln, Gemüse, Wild und Fisch!



GRATISAPP zum garantierten Genuss!
WWW.AMA-GASTROSIEGEL.AT

UNTERWEGS IM INNVIERTEL

Wo Österreich bayrisch ist

Ein Landstrich, in dem es noch 13 Privatbrauereien gibt, kann kein schlechter sein. Man könnte sogar meinen, das Bier prägt das Innviertel stärker als der namensgebende Fluss. Die Kulinarik auf jeden Fall.

Von Florian Holzer Fotos von Kurt Pinter





Die Landschaft sieht aus wie in Bayern, die Kirchen sehen aus wie in Bayern, der lokale Dialekt klingt wie in Bayern und die Biere sind eine Klasse für sich – Innkreis, trotzdem Österreich.

Nein Brücken überspannen den Inn zwischen Oberrothenbuch und Passau, stellen eine Verbindung zwischen Bayern und Oberösterreich her. Und so etwas bleibt natürlich nicht ohne Folgen, blieb es auch früher nicht, als es noch ein paar Brücken weniger waren. Schließlich war das Innviertel bis 1779 ein Teil Bayerns und die Übernahme durch die Habsburger stieß bei den „Innbayern“ auf – na sagen wir einmal – geteilte Zustimmung. Die bayrische Mundart blieb jedenfalls ebenso erhalten wie eine bemerkenswerte Selbstbestimmtheit, man sagt den Innviertlern auch eine gewisse Rauflustigkeit nach und die hingebungsvolle Liebe zum regionalen Bier ist sowieso unbestritten (und wohl auch eine Ursache für die Rauflustigkeit).

Die malerischen Orte mit ihren lang gestreckten Hauptplätzen und den bunten Fassaden der Bürgerhäuser sehen noch genau so aus wie jenseits des Inns, die Hügel sind flach und grün, die uralten Kirchlein wehrhaft befestigt, die Wirtshäuser die größten Gebäude zumindest in den kleineren Ortschaften, in den größeren Städten ist es meistens die Brauerei.

Nicht weniger als 13 Brauereien gibt es in den drei Bezirken Braunau, Schärding und Ried im Innkreis, auf 200.000 Einwohner ist das eine Brauerei-Dichte, die man in Österreich nirgendwo sonst findet. Ried selbst verfügt über zwei Brauereien, von denen die Kellerbrauerei, die älteste Brauerei Österreichs (1446), leider gerade den Betrieb einstellt, die Brauerei Ried aber nicht nur einen sehr vitalen Eindruck macht, der Schornstein ist sogar fast so etwas wie das Wahrzeichen der Stadt.



Josef Niklas, Braumeister in Ried: „Bier machen kann jeder, aber Brauen ist eine Kunst.“

Auch die Rieder Brauerei ist schon recht alt, gegründet im 16. Jahrhundert, oft verkauft und seit 1908 als Genossenschaft im Besitz von 150 bis 160 Wirten aus der Region geführt – eine Betriebsstruktur, die die Brauerei auch durch harte Zeiten der Monopolisierung brachte. Bei aller Tradition ist Braumeister Josef Niklas aber auch stolz auf das neue Besucherzentrum, in dem regelmäßig Brauseminare abgehalten werden. „Wir Brauer haben uns lange Zeit versteckt“, sagt Niklas, das sei jetzt aber vorbei, der Boom besonderer, individueller Biere sei ein starker Impuls, mit indifferentem Konzern-Bier will man nicht mehr konkurrieren. „Billigbier produzieren, können wir nicht, das ist nicht unsere Aufgabe“. Aber Honigbier mit Honig eines lokalen Imkers; oder fünf verschiedene Weißbiere, eine Bier-Kategorie, auf die sich die Brauerei schon 1886 spezialisierte; oder seit einem Jahr ein IPA (India Pale Ale), ein stark gehopftes, körperreiches Kraft-Bier, auf das Josef Niklas ganz besonders stolz ist. Wirklich hüpfst ihm das Herz aber, wenn er ein Glas Eisbock zapft, das ihm seine Mitarbeiter zum Geburtstag brauten, ein massives Weißbier mit 11 % Alkohol, im Barrique ausgebaut. Josef Niklas' Augen glänzen, „Bier machen kann jeder“, sagt er, „aber Brauen ist eine Kunst“. Bei dieser Begeisterung dürfte es wohl nicht mehr lange dauern, bis dieses Bier auch in die Flasche kommt ...



Sibylle Lang, Florian Schläglmann,
Wirt z'Kraxenberg: Geschichte und
moderne Küche sind kein Widerspruch.

Ein paar Kilometer über grüne Kuppen, durch dichte Wäldchen, vorbei an mächtigen Gehöften und malerischen Streuobst-Wiesen kommt man nach Kraxenberg, das im wesentlichen aus dem lokalen Gasthaus, dem Wirt z'Kraxenberg, besteht. Dieses Wirtshaus, ein unauffälliger, gelber Kasten mit kleinem Gastgarten direkt an der Straße (die Terrasse hinterm Haus wird gerade gebaut) gibt's hier auch schon seit 1892, über Generationen hinweg von einer Familie betrieben, seit 2009 von der fünften Generation, Sibylle Lang und ihrem Mann Florian Schläglmann.

Das 5-Generationen-Wirtshaus.
Wobei die beiden nicht immer Innviertler Wirtleute waren, davor kochten sie unter Jörg Wörther im Salzburger Carpe Diem oder im Rusterhof, und die Entscheidung, von der Haute Cuisine in das familiäre Wirtshaus zu wechseln, fiel ihnen gar nicht so leicht, gesteht Sibylle Lang. Hier geht es nun darum, die Kegelrunden satt und froh zu machen, aber eben auch darum, Gerichte zu bueten, die es beim Dorfwirten sonst eben nicht gibt. Florian Schläglmann macht das, indem er regionales Rezept-Gut dezent verfeinert, unauffällig um ein paar mediterrane Nuancen bereichert und vor allem mit Akribie und Witz kocht, wie in der Gegend sonst eher selten der Fall. Der Ziegenkäse aus dem nahen Pattigham wird karamellisiert und mit Pfeffermaillen kombiniert, die intensive Rindsuppe mit reichlich Liebstöckel gewürzt, das hausgemachte Leberknöderl darin ordentlich mit Kümmel parfümiert, wunderbar. Das Schnitzel wird im Butterschmalz gebacken, die Brust vom Bauernhendl erfährt mit Tomaten-Mozzarella-Gnocchi dafür wieder einen Hauch vom Süden.

Eine schmale Bezirksstraße führt einen über ein paar Kuppen nach Gurten. Am Hauptplatz, der zugleich der Kirchenplatz ist, wird man informiert, dass demnächst hier eine Hochzeit stattfindet und der Platz deshalb gesperrt ist. Da sollte man also schon vorher im Wirtshaus gegenüber sein, einem prachtvollen Vierstöcker aus dem Jahr 1541, auf dem weithin



WIRT Z'KRAXENBERG

Spinatknödel mit Schafkäsefülle

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

- Für die Fülle Paradeiser klein schneiden. Käse mit Paradeisern und Kräutern verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse 12 Knödel formen, auf einen Teller setzen und in den Tiefkühler stellen.
- Zwiebel und Knoblauch schälen, klein schneiden, in der Butter anschwitzen und über die Semmelwürfel gießen. Milch mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, erwärmen, Spinat einrühren. Spinat-Milch und Eier mit den Semmelwürfeln vermischen und kurz ziehen lassen.
- Semmelmasse portionieren. Gefrorene Knödfüllle mit der Semmelmasse umhüllen und zu glatten Knödeln formen. Knödel in kochendes Salzwasser legen und ca. 12 Minuten köcheln.
- Für die Garnitur Butter bis zur Braunfärbung erhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen. Knödel anrichten, mit Parmesan bestreuen und mit der Butter übergießen. Knödel eventuell mit Vogelsalat, Kürbis, Kürbiskernen und Brotchips garniert servieren.

Pro Portion: 743 kcal; 28 g EW; 58 g Fett;
29 g KH; 2,4 BE; 417 mg Chol.

Spinatknödel:

½ Zwiebel
½ Knoblauchzehe
50 g Butter
400 g Semmelwürfel
(getrocknet)
300 ml Milch
150 g TK-Spinat
(passiert, aufgetaut)
4 mittlere Eier

Käsefülle:

4 getrocknete Paradeiser
100 g Schafkäse (geraspelt)
1 EL gehackte Kräuter
(Thymian, Basilikum)

Garnitur:

100 g Butter
80 g Parmesan (gerieben)

Salz, Pfeffer, Muskat



BAUBÖCK

Lammrücken in der Lavendelkruste

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde,
zum Kühlen ca. 1 Stunde

500 g Lammrückenfilets (zugeputzt)

2 Knoblauchzehen
3 EL Öl

Lavendelkruste:

70 g Weißbrot (gerieben)
2 EL Lavendelblüten
80 g weiche Butter
1 Dotter

Salz, Pfeffer

1. Für die Kruste Brösel mit den Lavendelblüten vermischen. Butter und Dotter schaumig rühren, salzen, pfeffern und die Bröselmischung unterrühren. Masse in einen Dressiersack ohne Tülle füllen und auf ein Stück Alufolie dressieren, in der Folie einrollen, für ca. 1 Stunde kühl stellen.

2. Rohr auf ca. 100°C vorheizen. Gitterrost auf ein Backblech legen und ins Rohr (mittlere Schiene) schieben. Lammfilets mit Salz, Pfeffer und zerdrücktem Knoblauch würzen und im Öl beidseitig braten. Filets auf den Rost legen und im Rohr ca. 10 Minuten garen.

3. Fleisch aus dem Rohr nehmen. Butter auswickeln und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden.

4. Rohr auf Grillstellung vorheizen. Filets mit den Butterscheiben belegen und im Rohr (obere Schiene / Gitterrost) goldbraun überbacken. Fleisch quer in Scheiben schneiden. Dazu passen Fisolen, Wurzelgemüse, Lauch und Paradeiser.

Pro Portion: 409 kcal; 28 g EW; 29 g Fett;
9 g KH; 0,8 BE; 186 mg Chol.



Margarete und
Gerhard Bauböck,
Gasthof Bauböck:
Ein Kirchenwirt,
wie er im Buche
steht.



sichtbar „Gasthaus No. 16“ prangt. Das sei die alte Hausnummer, versichert Gerhard Bauböck, und bedeute nicht, dass Gurten einmal 16 Gasthäuser gehabt habe. Und wenn, dann wäre der Kirchenwirt wohl Nummer eins.

Das ganze Haus atmet Geschichte. Die Dachbalken des eindrucksvollen Speisesaals stammen aus napoleonischen Zeiten, gekocht und bewirtet wird hier aber schon viel länger, „Gurten ist älter als München“, verrät Margarete Bauböck nicht ohne Stolz, Familie Bauböck betreibt das Haus seit 1908. Die alte Speis' wurde zu einer großen Fest-Tafel umgestaltet, ein Extrazimmer wird von einem Ofen beheizt, der einer alten Kirche entnommen wurde, „der heizt gewaltig“, lacht Gerhard Bauböck.

Gelernt habe er eigentlich bei seiner Mutter in Rohrbach, erzählt der Wirt, in einem Haushalt mit böhmischen Köchinnen. Dann ging's nach Passau, München, Helgoland und in die Schweiz, schon mit 22 musste er den Betrieb übernehmen – und machte den Gurtener Kirchenwirt über die Jahre hinweg zur ersten Adresse im Innviertel. Schneeweißer Kübelspeck, Erdäpfelkäs, Grammelschmalz, Bauernschinken zum Gedeck, Rieder Bier, eh klar, das Haus ist einer der Genossenschafter, der Bruder ist Vorsitzender der Brauerei. Gerhard Bauböck kombiniert gutbürgerliche Küche und regionale Zutaten zu einer überaus charmanten Melange, ein bisschen klassisch, ein ganz klein bisschen retro, und dann doch wieder unheimlich zeitgemäß. Gebackene Blutwurst-Teigtascherln, knusprig und köstlich, Burgunder-Kalbskutteln mit Brennessel-Knödel, herrlich. Landküche, wie man sie sich nur wünschen kann.

Kübelspeck: Innviertels Antwort auf den Lardo. Die nächste unglaublich schmale Bezirksstraße führt uns durch ein Wäldchen auf einen nahen Hügel mit dem Namen Nonsbach, ein kleiner Weiler aus ein paar Bauernhäusern, an dessen Rand Johanna und Günter Zaglmayer vor zwei Jahren ihre „Speck o'thek“ errichteten. Die man als Genuss-Bungalow bezeichnen könnte,

Kübelspeck aus der Marmor-Wanne:
Günter und Johanna Zaglmayer sind die Speck-Zauberer vom Nonsbacher Hügel.



eine Art Designer-Mostschank, ein Speck-Kompetenzzentrum. „Habt's kein Bier?“, hätten die Leute noch vor zwei Jahren gefragt, mittlerweile ist die Speck o'thek aber so etwas wie eine lokale Berühmtheit, Gäste aus der nahen Therme Geinberg kämen in Scharen, um hier eben einmal nicht Bier (das gibt es notfalls aus einem Automaten), sondern Apfel- und Birnenmoste der Sorten Speckbirne, Lederapfel, Rote Pichlbirne oder Brünnerling, außerdem Cider und Frizzante zu trinken. Und zwar zum weißen Sur- oder Kübelspeck, der nach Jahrzehnten des Beinahe-Vergessen-seins seit einiger Zeit wieder große Wertschätzung erfährt, zu würzig geräuchertem Schinken und Karree und zum klassischen Bauchspeck. Die Rezepte stammen zum Großteil noch von Mutter und Großmutter Zaglmayer, nur beim Kübelspeck experimentieren Johanna und Günter ein bisschen, legen die gesalzenen Schwarten mit



Wacholder und Knoblauch ganz in der Tradition des Lardo di Collonata in Marmor-Wannen, und ja, ein bisschen Mangalitsa haben sie in ihre Landschweine auch eingekreuzt, das ergibt einfach mehr Speck. Überschüsse haben die Zaglmayers nicht, die Speck o'thek brummt, „oft ist's so, dass wir unseren Speck gar nicht an Laufkundschaft verkaufen können, weil wir einfach zu wenig haben“. Da heißt's reservieren.

Uttendorf liegt zwar schon im Bezirk Braunau, allerdings befindet sich hier eine Adresse, die den Übertritt der Bezirksgrenze mehr als nahe legt: Brauerei und Braugasthof Vitzthum, am Hauptplatz gelegen, wieder ein mächtiges, stolzes Haus, das schon nach außen signalisiert, dass hier kräftiges Bier und sättigendes Essen zu bekommen ist. Und tatsächlich: Seit 1600 existiert die kleine Brauerei, seit 1904 befindet sie sich in Familienbesitz, beliefert seit eh und je die Wirten in etwa 30 Kilometer

Eine kleine Privatbrauerei und ein archetypischer Braugasthof – die Familie Vitzthum brilliert mit beidem.

Entfernung mit ihrem köstlichen Bier und fährt damit seit Jahren ganz gut. Was wahrscheinlich an der ganz speziellen Würze des Uttendorfer Bieres liegt – immer schon ein bisschen Hopfen-bitterer als die anderen, „es kann nicht herb genug sein“, verrät Matthias Vitzthum das Familien-Motto. Das hopfige Pils ist absolute Meisterklasse, das füllige „Falstaff“ ebenso über die Bezirksgrenzen hinaus bekannt, zur Fastenzeit gibt's Fastenbier, das aber alles andere als ein Diätbier ist. Die Sudpfanne aus rotgold funkeln dem Kupfer stammt aus dem Jahr 1923, das Wasser kommt aus einem 90 Meter tiefen Brunnen, auf Stabilisierung und Pasteurisierung wird verzichtet, aber dafür lagert man die Biere einfach länger – Slow Beer quasi.

Der Braugasthof dazu schaut genauso aus, wie man ihn sich vorstellt: groß, schlicht, mit einer Schank und Mobiliar, das – bis auf die Tischplatten – seit den 30er-Jahren nicht verändert wurde, das Geld dazu hätte wohl gefehlt, meint Matthias Vitzthum, heute kann man froh darüber sein. Gekocht wird deftig und ohne Zugeständnisse an Modernität, leichte Küche oder andere, hier unpassende Attribute.

Und alles in allem kann man recht froh sein, dass man für all diese guten Sachen nicht nach Bayern fahren muss. Sonder dieses Stückchen Bayern im Lande hat. Glück gehabt.

ADRESSEN

Rieder Bier

4910 Ried/Innkreis, Brauhausg. 24
T: 07752 82 017, www.rieder-bier.at

Wirt z'Kraxenberg

4932 Kirchheim, Kraxenberg 13
T: 07755 64 94, www.wirtzkraxenberg.at

Bauböck

4942 Gurten, Hofmark 10
T: 07757 62 02

Speck o'thek

4943 Geinberg, Nonsbach 5
T: 0699 81 63 63 00, www.speckothek.at

Braugasthof & Brauerei Uttendorf

5261 Uttendorf 25, T: 07724 25 08

www.uttendorf-bier.at



BRAUGASTHOF UTTENDORF

Uttendorfer Brauerschnitzel

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

4 Schweinschnitzel
(je 150 g)

4 Scheiben Schinken
(dünne geschnitten)

8 Scheiben Käse
(dünne geschnitten)

Bierteig:

180 ml dunkles Bier
(am besten Uttendorf Falstaff)

250 g glattes Mehl
2 mittlere Eier

Garnitur:

4 Zitronenscheiben
6 EL Preiselbeer-Kompott

Salz; Mehl, Butterschmalz

1. Für den Teig Bier, Mehl und Eier glatt rühren, salzen und kurz ziehen lassen.

2. Schnitzel zwischen 2 Lagen Frischhaltefolie behutsam klopfen. Fleisch an den Rändern nicht zu tief einschneiden, salzen, mit 4 Käse- und 1 Schinkenscheibe belegen, übrige Käsescheiben darauf legen. Schnitzel zusammenklappen und an den Rändern gut zusammendrücken (eventuell mit Zahntochern fixieren).

3. Ca. 2 Finger hoch Butterschmalz erhitzen. Gefüllte Schnitzel in Mehl wenden, durch den Bierteig ziehen und im heißen Schmalz beidseitig goldbraun backen. Herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Schnitzel anrichten, mit Zitronenscheiben garnieren und mit dem Kompott anrichten. Dazu passt Erdäpfelsalat.

Pro Portion: 586 kcal; 44 g EW; 21 g Fett; 51 g KH; 4,3 BE; 225 mg Chol.

Design for life

Die neuen Küchen-Einbaugeräte von Miele

Perfekte Kombinierbarkeit, hochwertige Materialien und eine intuitive Bedienung zeichnen die neue Generation von Miele Küchen-Einbaugeräten aus. Ganz gleich, wie Sie die Geräte zusammenstellen, sie harmonieren immer mit Ihrem individuellen Wohnstil. Das nennen wir Design for life.



Miele

Nähere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Miele Händler und auf www.miele.at.



Bernhard Gruber hat
eine sichere Hand
beim Komponieren.

The Cheesearist GmbH
8333 Kornberg bei Riegersburg
Bergl 2; T: 0660 252 18 11
www.thecheesearist.at

Der Käse-Designer

Fährt man von Riegersburg Richtung Zotter, steht in der Kurve linker Hand neuerdings ein kleines Schloss, die „Fromagerie zu Riegersburg“. Vor einigen Monaten ist hier große Käsekultur eingezogen.

Text von Barbara Haiden Fotos von Ferdinand Neumüller

Als „Bauernbaus aus dem Lungau“ stellt sich Bernhard Gruber vor. Durch seine schwarz gerahmte Designerbrille funkelt ein unternehmungslustiges Augenpaar. In der Vitrine vor ihm liegen einige graue Zylinder – Ziegenparmesan, dreieinhalb Jahre gereift, Tiroler Graukäse in fortgeschrittenem Stadium. Unter einem riesigen Glassturz auf der Theke ruht eine kleine Auswahl an gerade perfekt genussreichen Stücken. Auf einem Regal an der Wand schwitzt ein Laib vom steirischen Parmesan. Seine Rinde wird einmal die Woche mit Nussöl eingerieben, das soll dem Hartkäse zu einem besonderen Aroma verhelfen.

Das Käsehandwerk kennt Bernhard Gruber in allen seinen Facetten, als Kind war er oft auf der Alm, während seiner Wanderjahre in der Spitzengastronomie hat er sich immer wieder Auszeiten auf Almwirtschaften in der Schweiz und in Tirol gegönnt, dabei gelernt, wie Sbrinz und Bergkäse gemacht werden. Die ungewöhnliche Vielfalt von Käse hat ihn immer schon begeistert. Dass er sich nicht fürs Machen, sondern fürs Reifen, Veredeln, „Designen“ entschlossen hat, mag mit seinem erlernten Handwerk des Kochens zu tun haben. „Ich modellierte Käse um, wie ich ihn haben will.“ Zum Beispiel behandelt er die Rinde von gereiftem Tiroler Bergkäse mit Pökelsalz, was zur Folge hat, dass diese aufweicht und abgetragen werden kann. „Dann bau ich sie mit Rotschmiere und Rotwein wieder auf.“ Dünn und weich ist die Haut jetzt und aufnahmefähig für Kräuter, Rosenblüten und Lavendel, in die Gruber den Käselaib hüllt. Der so aufgemotzte Bergkäse ist nicht nur eine Augenweide – und bei Damen mit Blick für Schöne besonders beliebt –, die zarten Blütenaromen schmeicheln dem würzigen Käse ungemein. „Das Spiel mit den Geschmäckern kann ich gut“, bemerkt er selbstbewusst.

Die Rohlinge, „die Nockerten“, wie er sie nennt, kauft er allesamt bei kleinen österrei-



Ausschließlich Rohlinge von den besten Produzenten aus Österreich affiniert Bernhard Gruber in den Reiferäumen. Auf 54 Kreationen ist das Sortiment bereits angewachsen. Mit Blüten, Gewürzen und sogar Kürbiskernöl wird verfeinert – originell, aber immer harmonisch.

chischen Käsereien, in seiner Manufaktur bekommen sie dann ihren individuellen Charakter verpasst. In kleine Tilsiterlaibe injiziert er Kernöl und hüllt sie in gehackte Kürbiskerne. Ein anderer Laib aus Rohmilch wird wie eine Torte mehrmals zersägt, mit Uhudler-Erdbeermarmelade gefüllt, danach badet er eineinhalb Tage in Uhudler, ehe er fertig gereift wird. Die Milchsäure baut den Zucker ab, zurück bleibt Aroma, das dem Käse seine Note verleiht. So funktioniert auch der Schoko-Käse. 40%-ige Zotter-Kuvertüre und Schokolikör werden in den zerteilten Blauschimmelkäse eingebracht. Nach dreiwöchiger Reife ist der Zucker verschwunden, im Mund kommt der Geschmack von Roquefort und Kakao zur Geltung. „Lustig zu essen“, kommentiert der quirlige Affineur seine Kreation. Ein Roquefort, findet er, ist erst richtig gut, wenn er alle Farben spielt. Die Franzosen nennen das „crûte de fleur“. Grau, blau, grün, rot – „dann wird der richtig guat“. Alle Farben des Regenbogens spielt's auch unter der Hülle aus Weinblättern, „cool“ findet Gruber, was da an Kulturen gedeiht. Das Design ist allerdings noch nicht ganz ausgekehrt. Im Versuchsstadium ist auch ein Gold-Käse, nächstes Jahr soll er so weit sein.

Bei aller Kreativität setzt der Käsekünstler auf grundsolide Reifung. Rotkulturtkäse werden über Monate täglich gewaschen, Schaf- und Ziegencamemberts reifen mindestens sechs Wochen, bis zu drei Jahre verschiedene Bergkäse, sensationell der mit einer Rinde aus Basaltsteinmehl und unglaublich delikat der eineinhalbjährige Ziegengouda. Schluss mit lustig ist für den Affineur allerdings, wenn die Rede auf Chutney zum Käse kommt – „da stellt's ma die Krausbirn' auf“. Über die Harmonie von Käse und Wein und was sonst noch passt, gibt er gerne und recht amüsant Nachhilfe. In seinem Shop bietet er Käseverkostungen sowie regelmäßig Führungen durch seinen Käsekeller an.

Kochen mit Leidenschaft

**PROFI
MENÜ**

Im Reiter's Supreme Hotel wird nicht nur Wellness auf höchstem Niveau geboten, auch im Restaurant Traube schwingt mit Helmut Gangl ein wahrer Meister seines Faches den Kochlöffel. Seine kreativen Variationen wurden von Gault Millau mit 2 Hauben ausgezeichnet.

Rezepte von Helmut Gangl Fotos von Michael Markl

Unter Feinschmeckern genießt die Traube schon seit Jahren einen exzellenten Ruf.

Das Reiter's Burgenland Resort ist eine Oase für Erholungssuchende. Die Anlage gehört dem Tiroler Hotelier Karl Reiter und erstreckt sich über einen langgezogenen Hügel. Im behaglich-klassischen A-la-carte-Restaurant Traube verwöhnt Küchenmeister Helmut Gangl seine Gäste auf das Allerfeinste. Für den Vater einer Tochter ist sein Beruf nicht nur ein Job, sondern Berufung und Auftrag zugleich. Der Großteil der Produkte, die verarbeitet werden, stammt aus der Region von kleinen Bauern und Produzenten, Rinder und Schweine auch aus der nahen Reiterischen Landwirtschaft. Es werden zwei Menüs der besonderen Art offeriert: Traube (5 Gänge, 75 Euro) und Supreme (6 Gänge, 85 Euro), wobei Letzteres noch eine Spur heimischer, regionaler angelegt ist. Die Kreationen sind allesamt interessant kombiniert und exzellent zubereitet. Einmal im Monat stattfindende Thementage, bei denen ein bis zwei Produkte (Gansl, Kürbis, Mangalitzaschwein usw.) im Vordergrund stehen, sorgen für zusätzliche Abwechslung auf der Karte.

Für die Hotelgäste stehen zwei weitere Restaurants zur Verfügung. Im Birdie – mit eigener Schauküche – wer-



den die Speisen frisch vor den Augen des Gastes zubereitet, im Panorama gibt es ein fünfsgängiges Menü mit mehreren Wahlmöglichkeiten.

Im Weinkeller und dem stylischen Weinkubus lagert eine ansehnliche Auswahl heimischer Weine, wobei die burgenländischen Regionen einen deutlichen Schwerpunkt bilden. Die komfortablen Zimmer und Suiten des 5-Sterne-Hotels sind sehr geschmackvoll eingerichtet und mit modernstem Komfort ausgestattet.

**Restaurant Traube
im Reiter's Supreme Hotel**
7431 Bad Tatzmannsdorf
Am Golfplatz 1, T: 03353 8841
www.reitersburgenlandresort.at

Küchenmeister

Helmut Gangl wollte ursprünglich Förster werden, absolvierte aber dann doch eine Kochlehre in Bad Radkersburg. Nach der Ausbildung kochte er am Arlberg und vertiefte sein Fachwissen bei österreichischen Spitzenköchen, unter anderem bei Lisl Wagner-Bacher in Mautern. Zusätzliche Inspirationen holt sich der leidenschaftliche Hobbyjäger bei kulinarischen Reisen im In- und Ausland. Seine Laufbahn im Supreme Hotel startete er 2004 als Souschef, 2008 übernahm er die Küchenleitung.





ZEITPLAN

6 Stunden vorher

Vorspeise bis inkl. Punkt 3 zubereiten.

Fischgang bis inkl. Punkt 2 zubereiten.

Hauptgang bis inkl. Punkt 2 zubereiten.

Dessert bis inkl. Punkt 3 zubereiten.

Wenn die Gäste da sind

Vorspeise fertig stellen.

Nach der Vorspeise

Fischgang Punkt 3 und 4 fertig stellen.

Nach dem Fischgang

Hauptgang fertig stellen.

Nach der Hauptspeise

Dessert fertig stellen.



Helmuth Gangl liebt es, asiatische Klassiker mit regionalen Produkten zu kombinieren.



PROFI
MENÜ

VORSPEISE

Kaninchen mit Gemüse

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten

1. Wurzelgemüse schälen und quer in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Jungzwiebeln putzen und in Streifen schneiden. Rote Rübe in vier 2 cm dicke Scheiben schneiden und daraus Scheiben (Ø 5 cm) ausschneiden. Gemüse, bis auf die Rote Rübe, getrennt in Salzwasser bissfest kochen. Abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.

2. Für das Püree Zwiebeln schälen. Kürbis und Zwiebeln würfeln, in 1 EL Öl anbraten und weich dünsten. Gemüse mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen und pürieren.

3. Für die Sauce Suppe, Ei und Öle pürieren, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Essig würzen.

4. Filets salzen, pfeffern und in 1 EL Butter braten. Gemüse in 1 EL Butter erhitzen. Filets portionieren und mit den Beilagen anrichten. Eventuell mit Kräutern garnieren.

Pro Portion: 526 kcal; 35 g EW; 37 g Fett; 15 g KH; 1,3 BE; 230 mg Chol.

4 Kaninchenrückenfilets
300 g Wurzelgemüse
(Sellerie, Karotte, Gelbe Rübe)
2 Jungzwiebeln
1 Rote Rübe (gekocht)

Kürbispüree:
40 g Zwiebeln
250 g Hokkaido (entkernt)
80 ml Gemüsesuppe

Sauce:
100 ml Gemüsesuppe
1 Ei (weich gekocht)
3 EL Walnussöl
1 EL Kernöl
1 EL Apfelessig

Salz, Meersalz, Pfeffer, Butter, Kämmel, Zucker, Olivenöl

WEINTIPP

Ein Riesling Federspiel alte Rebe vom Weingut Stier-schneider (Kartäuserhof) in Weißenkirchen passt dazu.

FISCHGANG

Lachsforelle mit Erbsen

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten

400 g Lachsforellenfilet
(ohne Haut und Gräten)

2 EL Essig
1 Schalotte (dünn geschnitten)

Erbsensauce:

1 Schalotte
80 g TK-Erbsen
100 ml Gemüsesuppe
2 EL Bärlauchöl

Gemüsegarnitur:
60 g Eierschwammerln
50 g Erbsenschoten
40 g TK-Erbsen
2 EL Gemüsesuppe

Salz, Pfeffer, Zucker, Zitronensaft, Butter, Olivenöl, Senfkörner, Pfefferkörner, Kräuterzweige

1. Für die Sauce Schalotte schälen und klein schneiden. Schalotte und Erbsen in 1 TL Butter anschwitzen und mit Suppe aufgießen. Mischung aufkochen, vom Herd nehmen und pürieren. Sauce mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen und mit Öl montieren.

2. Für die Garnitur Schwammerln putzen und in 1 EL aufgeschäumter Butter braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Erbsenschoten quer in dünne Streifen schneiden und in 1 EL Olivenöl anschwitzen. Erbsen zugeben, mit Suppe aufgießen und kurz köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

3. Forellenfilet quer vierteln. 1 l Wasser mit Essig, Schalotte, Kräuterzweigen sowie ½ TL Senf- und 10 Pfefferkörnern auf ca. 80°C erhitzen. Filets einlegen und ca. 10 Minuten unter dem Siedepunkt garen. Erbsensauce, Schwammerln und Erbsengemüse erhitzen. Filets auf einen Teller geben und salzen.

4. Filets mit der Sauce anrichten und mit Gemüse und Schwammerln garniert servieren. Eventuell mit Erbsenkresse garnieren.

Pro Portion: 240 kcal; 12 g EW; 14 g Fett; 16 g KH; 1,3 BE; 40 mg Chol.

Dazu sollten Sie ein Glas Merlot Reserve vom Schlossweingut Graf Hardegg aus dem Weinviertel probieren.

WEINTIPP



HAUPTSPEISE

Rehrückenfilet mit Amarant

4 Portionen, Zubereitung ca. 80 Minuten

500 g Rehrückenfilets
300 ml Rehbratensaft
2 EL Holundersirup
1 kleiner Thymianzweig
100 g Amarant (gepoppet)
3 EL Sanddorn-Marmelade (passiert)

Püree und Gemüse:
2 Schalotten
600 g Petersilwurzeln
200 ml Gemüsesuppe
50 g Petersilie

Salz, Pfeffer, Muskat, Butter, Öl

- Für die Creme Schalotten und 400 g von den Petersilwurzeln schälen, würfeln, in 1 EL Butter anschwitzen, mit 150 ml von der Suppe aufgießen. Gemüse weich dünsten. Petersilblättchen in Salzwasser überkochen, abschrecken, ausdrücken und pürieren. Gemüse pürieren. Beide Pürees vermischen, salzen und pfeffern.
- Für das Gemüse übrige Petersilwurzeln schälen, in 4 cm lange Stücke schneiden, in 1 EL Butter anschwitzen, mit übriger Suppe untergießen und bissfest dünsten. Gemüse mit Salz,

Pfeffer und Muskat würzen.

- Rohr auf 80°C vorheizen. Auflaufform ins Rohr (mittlere Schiene/Gitterrost) stellen. Filets salzen, pfeffern, in 2 EL Öl anbraten, in die Form legen und 20 Minuten garen.

- Bratsaft aufkochen. Im Bratrückstand 1 EL Butter, Sirup und Thymian erhitzen. Filets darin kurz ziehen lassen, im Amarant wälzen, portionieren, mit Saft, Püree, Gemüse und Marmelade anrichten, evtl. mit gebackenen Petersilwurzeln garnieren.

Pro Portion: 442 kcal; 22 g EW; 18 g Fett; 41 g KH; 3,3 BE; 57 mg Chol.

GUSTO TIPP

Das Püree aus den Petersilblättchen wird besonders fein, wenn man sie in einem elektrischen Kutter püriert.



Zum Dessert empfiehlt sich
ein Glas Beerenauslese
Cuvée vom Weingut
Kracher aus Ilmitz.

 WEINTIPP

Großen Wert legt Helmuth Gangl
auf die Qualität und Regionalität
seiner Produkte.

DESSERT

Cannelloni mit Maronimousse und Apfelragout

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Kühlen ca. 4 Stunden

2 Blatt Gelatine
7 g Vanille-Puddingpulver
100 ml Milch
250 g TK-Maronipüree
250 ml Schlagobers

Hippenröllchen:
50 g Staubzucker
50 g Butter (geschmolzen)
50 g glattes Mehl
2 Eiklar

Apfelragout:
300 g säuerliche Äpfel
50 g Kristallzucker
Mark aus 1 Vanilleschote
3 EL Preiselbeerkompott

Minze, Staubzucker, Rum

1. Für die Mousse Gelatine einweichen. Puddingpulver mit 2 EL von der Milch verrühren. Übrige Milch mit je 1 EL Rum und Zucker aufkochen. Puddingmischung einrühren und cremig einkochen. Gelatine ausdrücken, darin auflösen. Pudding mit dem Maronipüree verrühren. Oberschlagen, unterheben. Mousse für 4 Stunden kühl stellen.
2. Rohr auf 160°C vorheizen. Blech mit Backpapier belegen. Für die Hippenmasse alle Zutaten verrühren. Masse mit Hilfe einer Schablone (8 x 10 cm) in 8 Rechtecken auf das Blech streichen, im Rohr ca. 7 Minuten backen. Herausnehmen, Röllchen formen, auskühlen lassen.
3. Für das Ragout Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen. Zwei Drittel davon grob schneiden, mit 200 ml Wasser, Zucker und Mark weich kochen und pürieren. Übrige Äpfel klein schneiden und mit den Preiselbeeren unter das Püree rühren. Ragout aufkochen und auskühlen lassen.
4. Röllchen mit Mousse füllen, mit dem Ragout anrichten. Mit Staubzucker, Minze und evtl. mit karamellisierten Maroni garnieren.

Pro Portion: 653 kcal; 9 g EW; 33 g Fett;
80 g KH; 6,6 BE; 82 mg Chol.

GUSTO
TIPP

Besonders einfach und rasch gelingen die Röllchen, wenn man die Teigblätter über einen Kochlöffelstiel rollt.

The advertisement features a woman in the foreground, smiling and holding a cup of tea to her lips. In the background, a BRITA water filter pitcher sits on a kitchen counter next to a small white container. A gold seal with the text "DAS ORIGINAL" is overlaid on the bottom right. The BRITA logo is visible in the top right corner of the main image area.

Mehr Aroma bei Kaffee und Tee mit BRITA® gefiltertem Wasser

Wasserfilter von BRITA reduzieren Kalk und andere geruchs- und geschmacksstörende Stoffe und sorgen damit für optimalen Geschmack und volles Aroma bei Kaffee und Tee.

www.brita.at

My Water. My Life.

Durstlöscher

Gewusst wie – mit innovativen Produkten, stylishen und kreativen Anregungen macht das Shaken Spaß.



Ice Crusher

Eiswürfel in den Sack, Zugband festzurren und los geht's – entweder mit dem Hammer oder dem Plattiereisen draufklopfen. Wer Frust abbauen will, haut den Beutel auf den Boden oder gegen die Wand. Icesac ist aus Silikon und wasserdicht, somit macht er auch als Blumenvase gute Figur.

Icesac, € 19,95; www.proidee.at



Spontan

Dieser fuzzikleine Korkenzieher ist immer mit dabei, hängt am Schlüsselbund, ist jederzeit griffbereit und funktioniert wie ein großer.

€ 9,95; www.radbag.de



Pisco sour

- 2 Gläser
- 6 cl Weinbrand (Pisco)
 - 3 cl Limettensaft
 - 3 cl Läuterzucker
 - 2 Spritzer Angostura
 - 1 Eiklar

Zutaten im Mixglas auf höchster Stufe ganz kurz aufschlagen. Drink mit Eis servieren. Pisco sour ist der Aperitif in Chile.



Colonial Stil

Diese Bar ist der Eyecatcher im Wohnzimmer, rollt auch gerne in andere Räume. Außen cognacfarbenes Büffelleder, innen ein Stauraumwunder für Gläser, Flaschen und was sonst noch zum Equipment eines Barkeepers gehört.

Bar Lodge, € 1.629,-; www.kare-design.com



Christian Seiler ist
Bestsellerautor und
Weingenießer.

CHRISTIAN SEILER

Wein, wie er wird

Wenn in diesen Tagen die letzten Erntetrupps ausschwärmen, um die Trauben zu ernten, die besonders gern an ihrem Stock hängenbleiben, ist die Entscheidung, wie gut der Jahrgang 2013 wird, längst gefallen. „Mit dem Abschneiden der Traube vom Stock ist die Qualität eines Weines definiert“, sagt der Winzer Roland Velich. „Du kannst im Keller nur versuchen, diese definierte Qualität zu optimieren.“

Für etwas avancierte Weintrinker, die nicht nur zwischen Rot und Weiß unterscheiden können, sondern auch mit den Begriffen „Cuvée“ und „Barrique“ etwas anzufangen wissen, mag das eine verstörende Nachricht sein. Haben sie nicht den Kellermeister als Alchimisten kennengelernt, als die Person, die der Entwicklung eines Weines erst die richtige Richtung gibt? Gab es nicht lange und zum Teil hitzig geführte Diskussionen über die Stilistik von Wein? Über moderne und traditionelle Machart?

Es gibt tausend Arten, Wein zu machen, aber die wichtigsten Grundausrichtungen sind folgende: Entweder du folgst der Definition Velichs und betrachtest den Saft der frisch geernteten Trauben als deinen Wein, der nur noch ein bisschen Zeit braucht. Oder du hast eine sehr genaue Vorstellung davon, wie dein Wein schmecken soll und entscheidest dich für entsprechende Handgriffe im Keller: Hilfst dem Wein mit den nötigen Mittelchen und Tricks, mit Hefen und Holz, um einen mehr seinen „typischen“ Geschmack auszuprägen.

Ich bin kein Freund von Wein, der jedes Jahr gleich schmeckt. Das Typische an jedem Jahr ist, dass es anders ist als das letzte. Ich freue mich, wenn sich das auch im Wein radikal spiegelt. Ich mag Winzer, die es wagen, den Wein werden zu lassen, wie er möchte und seine Qualität mit allem Respekt unterstützen, aber nicht beschönigen. Ewald Tscheppé, s.u., ist einer von ihnen.

WEINGUT WERLITSCH, EX VERO I. Ewald Tscheppé keltert seine Cuvée aus Sauvignon Blanc, Morillon und Welschriesling in der Südsteiermark nach biodynamischen Grundsätzen. Extrem schmackhafter, eleganter und dichter Wein, bei nur 12 Prozent Alkohol. Der Beweis dafür, wie eigenständig südsteirischer Wein sein kann. 13,90 bei www.wagners-weinshop.com



Einfach sprudeln, statt schwer schleppen!

- reines Wasser, kein Plastikgeschmack
- Kohlensäure individuell dosierbar
- spart bis zu 50% Getränkekosten
- umweltfreundlich



Wassersprudler
Crystal mit
edler Glaskaraffe

Vom Hersteller des Testsiegers.



Im Test:
14 Trinkwassersprudler

Gut (2,2)

Ausgabe
6/2001

sodastream™

www.sodastream.at



Von allem ein bisschen

Gemischter Satz war bis vor kurzem das Letzte, was man im Glas haben wollte. Aber er feierte ein furioses Comeback und ist aktuell die jüngste DAC Österreichs.

Von Florian Holzer

Alles über den legen-
dären Gemischten Satz

**WIENER
WEIN**



Im österreichischen Weingesetz, einem der strengsten der Welt, war der Gemischte Satz immer ein bisschen die Hintertüre für eine Restlverwertung

DAC

Districtus Austriae Controllatus (DAC) ist eine Herkunftsbezeichnung für regionaltypische Qualitätsweine aus Österreich.

Die Bezeichnung DAC wird von regionalen Weinkomitees an jene Weine vergeben, die ihre Herkunftsregion in unverkennbarer Weise repräsentieren. Im Jahr 2002 wurde mit der Einführung des Appellationssystems DAC in Österreichs Wein hierarchie erstmals die Herkunft über die Rebsorte gestellt. Ziel ist es, typische Weine einer Region unter einer gemeinsamen Marke zusammenzufassen und damit größere Weinmengen mit einer zuordenbaren Stilistik zu schaffen.

Winebau-Bürokraten mögen den Gemischten Satz nicht, weder in Österreich noch in der EU. Er ist nicht berechenbar, man weiß nicht wirklich, was drin ist. Im Österreichischen Weingesetz, einem der strengsten der Welt, war der Gemischte Satz immer ein bisschen die Hintertüre für eine Restlverwertung und für Weine, die sonst durch den Rost gefallen wären. Und auch die Besucher der Wiener Heurigen – woanders gab es den Gemischten ja kaum mehr – hatten sich längst daran gewöhnt, diesen Wein eher als Basis für den G'spritzten herzunehmen als ihn im langstieligen Glas zu erwarten. Der Gemischte Satz war das hässliche Entlein im österreichischen Wein.

Dabei war das keinesfalls immer so, im Gegenteil. Konkret war der Gemischte Satz in Mittel- und Osteuropa bis in die 50er-Jahre nicht die Ausnahme, sondern die Normalität. Sortenreiner Anbau kam erst nach dem Krieg, mit der Modernisierung und Mechanisierung des Weinbaus, die alten, arbeitsintensiven Stockkultur-Anlagen davor waren alle gemischt ausgesetzt – zwei, drei, manchmal bis zu 20 verschiedene Rebsorten hatte man da bunt gemischt im Weingarten stehen, gelesen und gepresst wurde alles auf einmal und gemeinsam.

Man machte das nicht, weil man's nicht besser wusste, sondern vor allem aus dem Grund der Risiko-Minimierung: Rebstöcke waren zu dieser Zeit noch sehr viel empfindlicher als heute, vor allem die Blüte im Frühling war eine heikle Sache – zwei Wochen Regen, und der gesamte Ertrag eines Jahres war dahin. Und um das zu vermeiden, setzten die schlauen Weinbauern ein paar Stücke einer Rebsorte, die ein bisschen früher blühte, ein paar, die ein bisschen später blühte, ein paar, die mit Frost gut zurecht kommt, ein paar, die dicke Schalen hat und somit nicht leicht faulte, an die Wind-exponierten Stellen solche, die sich gut anrankten ... Dazu kam auch noch ein individuelles Geschmacksbild, das man auf diese Art und Weise komponieren konnte, ein bisschen Traminer für die Duftigkeit, ein bisschen Riesling für die frische Säure, Weißburgunder und Neuburger für den fülligen Schmelz, Veltliner fürs Pfefferl. Das Ergebnis waren im Idealfall unglaublich komplexe, vielschichtige Weine mit einem weitaus größeren Spektrum als das bei der klassischen Cuvée – dafür werden separat ausgebaute Weine im Keller miteinander verschnitten – der Fall ist. Weine, für die vor allem Wien im 18., 19. und frühen 20. Jahrhundert tatsächlich weltberühmt war, etwa der als „feurig“ beschriebene Grinzinger, der „erdige“ Nussberger, oder der „blumige“ Sieveringer, Weißburgunder, Riesling und Traminer der eine, Grauburgunder, Weißburgunder und Traminer der andere, Sylvaner und Gutedel der dritte.

Die Nachfrage änderte sich, die Leute wollten keine Gebiets-Weine mehr trinken, sondern Sorten-Weine, Grünen Veltliner, Riesling, Chardonnay, Weißburgunder, die gemischt gesetzten Weingärten wurden zur Basis für den Schankwein – was zwar unwürdig war, den mitunter uralten Anlagen aber dafür das Überleben garantierte.

Das Comeback passierte im Zuge der



Renaissance des Wiener Weins vor etwa zehn Jahren, als sich einerseits die vier besten Wiener Weingüter (Wieninger, Zahel, Christ, Edlmoser) zur Marketing-Gruppe „WienWein“ zusammenschlossen und den Gemischten Satz zu ihrer Leit-Philosophie erklärten. Andererseits war da ein Schwarm von Quereinsteigern und Neo-Winzern, die Weingärten übernahmen und sie pflegten wie ihr Rosengärtlein, je älter und individueller, je spleeniger der daraus entstandene Wein, desto lieber, da passte der Gemischte Satz wunderbar in dieses Konzept: Jutta Ambrositsch etwa, Werbe-Grafikerin, die aus den Trauben ihres 1955 gepflanzten Gemischten Satzes aus der Grinzing Riede „Sommeregg“ massive, kraftvolle Weine kelterte; oder Wolfgang Wagner, Architekt, der einen uralten Weingarten in der Ried Preussen am Nussberg akribisch renovierte und daraus bemerkenswert tiefgründige Weine macht; oder Peter Uhler, Violinist im Radio-Symphonie-Orchester, dessen „Alter Weingarten“ wie der verflüssigte Nussberg schmeckt, so mineralisch, so massiv; oder Stefan Hajszan, Gastronom, dessen „Weißeleiten“ die eher verspielte, fruchtige Seite dieses Weintyps abdeckt.

Auf einmal war der Wiener Gemischte Satz jedenfalls wieder interessant, plötzlich auf jeder Weinkarte gelistet, Slow Food gründete ein so genanntes „Presidio“, also eine Gruppe, die sich um ein Reglement und um die öffentli-

Wiener Gemischter Satz DAC: Was ist drin?

Für einen Gemischten Satz DAC müssen alle Trauben aus Wiener Weingärten stammen, diese müssen aber nicht gemischt ausgesetzt sein, es gelten auch „reinsortige“ Weingärten und Weingartenbereiche, wenn sie angrenzen. Ein Wiener Gemischter Satz DAC muss aus mindestens drei Rebsorten bestehen, die wichtigste maximal mit 50 %, die dritt wichtigste mindestens mit 10 % vertreten sein. Alle Trauben müssen gemeinsam gelesen und gepresst werden.

che Präsentation des Gemischten Satzes kümmert, sogar der Wiener Weinbauverein schwenkte ein und erließ eine strenge Verordnung, die den Wiener Gemischten Satz exakt definierte. Damit war vor zehn Jahren definitiv noch nicht zu rechnen. Und seit wenigen Wochen ist der Wiener Gemischte Satz nun sogar eine von neun heimischen DACs, der geschützten Herkunftsbezeichnungen, was seiner Karriere im In- und Ausland sicher nicht schaden wird. Und was vor allem dafür sorgen wird, dass es recht bald wohl sehr viel mehr Gemischten Satz aus Wien geben wird als in den vergangenen Jahren (die DAC-Regelung ist da verhältnismäßig großzügig, Weingärten müssen längst nicht mehr gemischt bepflanzt sein, es reicht, wenn reinsortige Parzellen nebeneinander liegen und miteinander gelesen und gepresst werden).

Und siehe da: Der Erfolg des Wiener Gemischten Satzes machte den Mischsatz auch in anderen Weinbauregionen wieder attraktiv, viele Winzer in Niederösterreich, der Steiermark oder dem Burgenland, die entweder Innovationen aufgeschlossen sind oder einfach irgendwo einen alten gemischten Weingarten stehen haben, besinnen sich nun wieder dieser Tradition. Ludwig Ehn aus Langenlois war einer der ersten, er füllte seinen köstlichen „Alten Panzaun“ schon ab, als vom Trend noch weit und breit nichts zu sehen war. Oder Gottfried Lamprecht aus der Südost-Steiermark: Er setzte aus vollster Überzeugung an die 30 verschiedene Sorten in einen Weingarten, in dem schon etwa 150 Jahre keine Reben mehr standen – der Buchertberg weiß ist einer der interessantesten Weißweine des Landes, leider extrem rar und schwer zu bekommen. Oder die junge Ingrid Groiss, die im südlichen Weinviertel auf einen 50 Jahre alten Gemischten-Satz-Weingarten zurückgreifen kann und aus dessen Trauben einen fülligen, vielschichtigen, wunderschönen Wein macht. Und Artur Toifl vom Weingut Thiery-Weber in Rohrendorf macht's überhaupt so, dass er für seinen „Wolfert“ am Ende der Lese die letzten, hochreiften Trauben aus diversen Weingärten – Riesling, Veltliner, Chardonnay, Sauvignon blanc, Gelber Muskateller – zusammensammelt und zu einem monumentalen Wein verpresst – in gewisser Hinsicht auch ein Gemischter Satz.

Die Zeiten des hässlichen Entleins sind jedenfalls definitiv vorbei. Der Gemischte Satz ist mittlerweile ein strahlend schöner Schwan geworden.

Wiener Wein in Zahlen

Es gibt mehr Wiener Wein, als man glaubt. Innerhalb der Wiener Stadtgrenzen sorgen heute 612 Hektar Wein (das war schon einmal sehr viel mehr) für 12.000 Hektoliter, damit ist Wien nicht einmal das kleinste Weinbaugebiet Österreichs (Südburgenland und Weststeiermark sind kleiner). An die 230 Winzer betreiben in Wien Weinbau, die kleinsten davon haben nur einen Weingarten mit wenigen hundert Quadratmetern, die größten – Mayer am Pfarrplatz zum Beispiel – an die 70 Hektar.

Weinbau spielt sich in Wien in sechs Bezirken ab: Döbling (19.) mit seinen Weinbauorten Grinzing, Neustift, Sievering, Nussdorf, Heiligenstadt und Kahlenbergerdorf sowie Floridsdorf (21.) mit Stammersdorf, Strebersdorf und Jedlersdorf machen den Hauptanteil aus. Mauer im 23. Bezirk verfügt über zwei Großlagen, in Hernals (17. Bezirk) existiert mit der Ried Alsegg zumindest noch eine große Riede, in Ottakring (16.) nur mehr vereinzelte Weingärten in der Gesamtgröße von etwa sechs Hektar. Ein Sonderfall ist Oberlaa in Favoriten: Hier gäbe es zwar noch reichlich Platz für Wein, der Weinanbau stagniert allerdings.

Gemischter Satz machte bisher geschätzte 10% des Wiener Weins aus, das hat sich mit dem Boom allerdings deutlich vermehrt. Mit der DAC-Regelung, die mit dem Jahrgang 2013 in Kraft tritt, dürfte der Gemischte Satz zur stärksten „Rebsorte“ Wiens werden.

Die besten Wiener Adressen:

Christ
1210 Wien, Amtsstr. 10–14
T: 01 29 25 152
www.weingut-christ.at

Mayer am Pfarrplatz
1190 Wien, Pfarrplatz 2
T: 01 37 01 287
www.pfarrplatz.at

Wagner im Preysl
1180 Wien, Kreuzg. 52
wagnerwolfgang@aon.net

Weingut Cobenzl
1190 Wien, Am Cobenzl 96
T: 01 32 05 805
www.weingutcobenzl.at

Wieninger
1210 Wien
Stammersdorfer Str. 80
T: 01 29 01 012
www.wieninger.at

Edlmoser
1230 Wien
Maurer Lange G. 123
T: 01 88 98 680
www.edlmoser.at

Julia Ambrositsch
1030 Wien
Dannebergplatz 12/2
T: 0664 500 60 95
www.julia-ambrositsch.at

Peter Uhler
1190 Wien
Hackenberggasse 29/7/4
T: 0660 533 75 51
www.weineuhler.at

Stefan Hajszan
1190 Wien
Grinzer Str. 86
T: 01 37 07 237
www.hajszanneumann.com

DIE REISE ZUM WEIN

Kommen Sie dort an, wo unser Wein zu Hause ist. Das neue Online-Portal der Weinwelt mit allen Weinbaugebieten und Weingütern, den besten Weinen und Vinotheken, den gemütlichsten Unterkünften und wirklich guten Heurigen. Die besten Tipps für Ihre Reise zum Wein!

www.oesterreichwein.at

ÖSTERREICH WEIN 



Steinzeit

Puristisch, stylisch, extravagant – so präsentieren sich unsere Dekoelemente. Edles Grau, schlichtes Weiß und tiefes Schwarz geben den Ton an, dezente Accessoires und gesammelte Steine fügen sich optimal in das Ambiente ein.

Von Kerstin Grossbauer Fotos von Ulrike Köb





Bitte Platz nehmen! Bei diesem Anblick sehr gerne. Teller, Besteck, Serviettenhalter und Gläser erhältlich bei Ikea, Stoffserviette bei Cuisinarum, Tischläufer bei Butlers. (*links*)

Schöner Schein: Mit Wachsbüllchen Steine zusammenkleben, Kerzen darauf setzen. Die beschrifteten Steine dienen als Namenskarte, zugleich sind sie äußerst hübsch und dekorativ. Kerzen erhältlich bei Depot. (*links oben*)

Eyecatcher: Lavastein mit dekorativen Elementen verzieren und auf dem Tisch in Szene setzen. (*rechts oben*)

Glasklar: Aus den edlen Weingläsern kann auch Wasser oder Saft getrunken werden. Erhältlich bei Ikea, Tisch-Set bei Depot. (*links unten*)

Nobles Tafelservice: Teller und Schüssel in schlichtem Design erhältlich bei Ikea. (*unten Mitte*)

Alternative zu Stoff: Damit die Servietten nicht durcheinandergeraten: Schönen Stein darauf platzieren. Papier-servietten erhältlich bei Depot, Stoffserviette bei Cuisinarum. (*rechts unten*)



Funktion & Style

Individuelle, maßgefertigte Möbel, stilistische Accessoires – „das möbel“ ist eine Institution für Designinteressierte.

Von Barbara Knapp

All es begann mit einem Café: 1998 eröffnete Lothar Trierenberg mit drei anderen Quereinsteigern in Wien-Neubau die erste benutzbare (Design-)Ausstellung „das möbel > das café“. Das Konzept: Bei Kaffee und Kuchen konnten die Kunden das Interieur begutachten, testen und gleich mitnehmen – natürlich nicht die gebrauchten Möbel, neue standen im Lager bereit. Was anfangs eine schräge Idee war, entwickelte sich zum Treffpunkt für Designinteressierte, junge Kreative bekamen eine Plattform, um ihre Objekte zu präsentieren. Im Laufe der Jahre wurde es eng, das Café zu klein, Polstermöbel und Betten fanden keinen Platz. Lothar Trierenberg gründete „das möbel > das geschäft“ in der Gumpendorfer Straße.

Seiner Philosophie blieb er treu, legt auch hier den Schwerpunkt auf österreichische DesignerInnen, setzt auf kleine Strukturen, Handwerker, die selbst fertigen, die Ausstellungsstücke sind im ganzen Geschäft verteilt, somit werden die Schreibtische der MitarbeiterInnen öfter mal getauscht, am runden Tisch neben der Küche wird gemeinsam gegessen. Die Kunden können sich ein Bild machen, wie die Möbel im Gebrauch aussehen: Ein benutzter Schreibtisch, ein gefülltes Regal, Lampen, die von der 3,40 Meter hohen Decke baumeln vermitteln Wohnambiente. Übrigens, die Räumlichkeiten sind ident mit einer typi-

schen Wiener Altbauwohnung. Das möbel vermittelt auch komplette Wohnkonzepte, hat im Laufe der Jahre ein Netzwerk aufgebaut, arbeitet mit kompetenten Partnern zusammen. Natürlich kann man hier probesitzen, doch wer sich nicht entscheiden kann, geht ins Café, es fungiert als Testfläche für Tische und Stühle, bei einem Drink fällt die Wahl oft leichter.

Zurück zum Tisch, ich sitze mit Lothar Trierenberg an besagtem runden, heißt SC 50, ist ein echtes Schmuckstück. Ein weiteres ist Roland, sein Name kein Zufall: 1954 plante Roland Rainer die Stadthalle samt Inneneinrichtung. Die Stühle erlangten Kultstatus, sind begehrte Sammlerstücke. Seit 2000 werden sie wieder produziert (gibt's auf www.lichterloh.com), der Vorarlberger Tischler Marin Bereuter entwarf den fehlenden Tisch dazu. Das Gestell ist aus Buche, die Platte mit Linoleum belegt.

Es gibt so viele Eyecatcher im möbel, dass wir gar nicht wissen, wo wir hinschauen sollen. Wie wählen Sie Ihre Produkte aus? Lothar Trierenberg: „Viele Designer oder kleinere Hersteller kommen auf uns zu und wir wählen aus, was vom Stil und der Qualität sowie dem Produktionsort zu uns passt. Es kommt aber auch vor, dass wir etwas entdecken (auf Messen oder im Internet) und uns aktiv um den Vertrieb bemühen.“ Mein Blick fällt auf ein schrages Accessoire, heißt Breadbasket,



sieht aus wie eine Serviette, lässt sich verformen, in alle Richtungen biegen. Wie das? Ganz simpel: Im Inneren ist ein Edelstahlnetz versteckt. Und was hat es mit der Vase mit den zugestoppelten Löchern auf sich? Lothar Trierenberg: „Perfektion ist Utopie. zieht man einen Korken heraus, weiß man, da passiert was. Ansonsten ist sie dicht.“ Alles klar. Letzte Frage: „Wie können Sie Ihre Philosophie auf den Punkt bringen?“ „Unsere Möbel passen in fast jede Wohnung, wir verkaufen keine Kunstwerke, keine Haute Couture, legen Wert auf ein realistisches Preis-Leistungsverhältnis. Viele der Objekte gibt es nur beim Erzeuger und bei uns ...“

das möbel > das geschäft

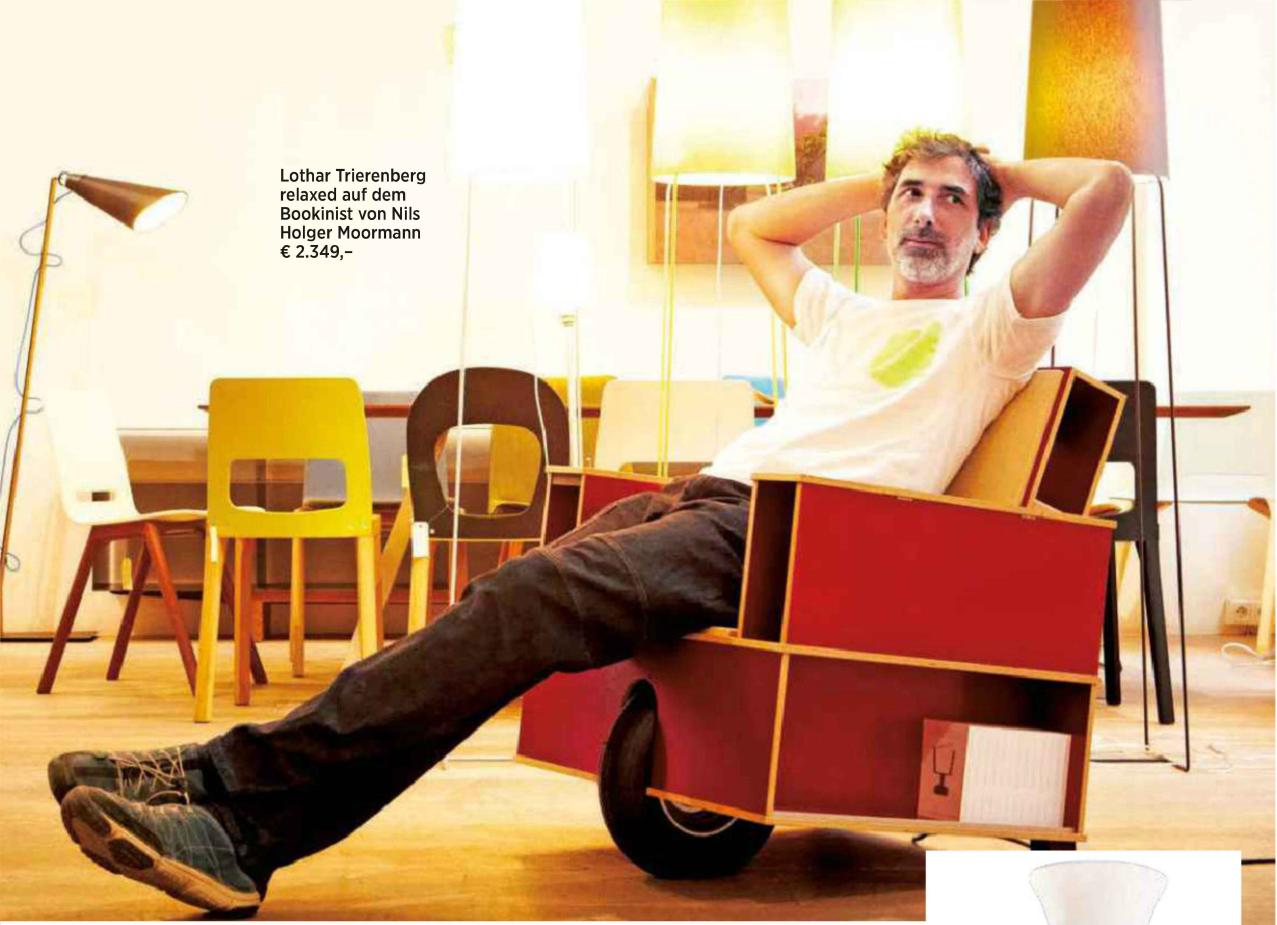
1060 Wien, Gumpendorferstr. 11

das möbel > das café

1070 Wien, Burggasse 10

www.dasmoebel.at

Lothar Trierenberg
relaxed auf dem
Bookinist von Nils
Holger Moormann
€ 2.349,-



Recycle-Lampe aus Karton.
Design: graypants
H 25 cm, Ø 25 cm, € 399,- (oben links)

Tisch Roland. Buche / Linoleum
H 74 cm, B 90 cm, L 220 cm, € 2.842,-

Inefficient Vase. Design: breaded escalopé
H 30 cm, Ø 13 cm, € 139,-

Breadbasket. Design: Polka Products, B 2:



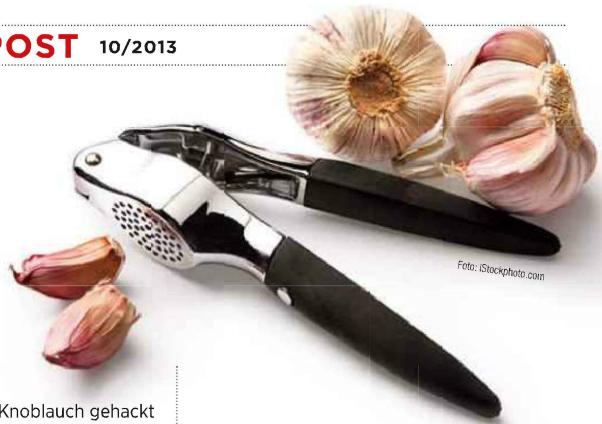


Foto: iStockphoto.com

LIEBES GUSTO!

Gedörrtes

Wie bewahrt man getrocknete Früchte und Co am besten auf und wie lange halten sie?
KARIN P., EISENSTADT

Getrocknetes muss man an einem kühlen, lichtgeschützten und trockenen Ort lagern. Dazu am besten Stoff- oder Papiersäckchen verwenden. Plastik eignet sich weniger gut, da es die Luftzufuhr verhindert und der Inhalt sich mit der Zeit negativ zu verändern beginnt. Getrocknetes Gemüse oder Obst sollte man nicht länger als 6 Monate aufbewahren.

Kochen mit Weinresten

Zu diesem Thema habe ich schon die unterschiedlichsten Meinungen gehört. Was meint ihr dazu?

FRITZ S., GRAZ

Abgestandener Wein schmeckt schal. Dies ändert sich auch nicht, wenn man ihn zum Kochen verwendet. Weinreste sollten daher höchstens ein paar Tage und immer im Kühlschrank aufbewahrt werden. Sie können ihn aber auch in Eiswürfelschalen füllen und einfrieren, so haben Sie immer eine kleine Dosis verfügbar.

Knoblauch-Dilemma

In einigen Rezepten wird Knoblauch gehackt oder geschnitten, in anderen wiederum durch eine Presse gedrückt. Welche Verarbeitung ist nun richtig?

SONJA M., E-MAIL

Eigentlich kommt es auf den Effekt, den Sie erzielen wollen an. Aroma und Wirkstoffe sind in den Knoblauchzellen eingeschlossen. Um sie freizusetzen, muss man die Zellen öffnen. Am gründlichsten geschieht das mit einer Presse. Wenn Sie die Zehen hingegen klein schneiden, wird ein Großteil des Aromas erst beim Kochen frei. Kocht man eine ganze leicht angequetschte Knoblauchzehe mit, fällt das Aroma entsprechend milder aus.

Pesto

Ich bereite aus Petersilie, Rucola und Co gerne Pesto zu. Wenn ich einmal einen Teil davon verwendet habe, schimmelt der Rest sehr rasch. Kann ich das verhindern?

MANFRED S., E-MAIL

Pesto sollte man immer im Kühlschrank aufbewahren. Für zusätzlichen Schutz vor dem Verderben sorgt eine dünne Ölschicht auf der Oberfläche.

Germteig

Da die Zubereitung von Germteig doch ein wenig aufwendig ist, mache ich zumeist gleich eine größere Menge davon. Meine Frage: Lässt sich Germteig einfrieren?

CAROLINE M., AMSTETTEN

Auf jeden Fall. Geben Sie dazu den fertig gekneteten Teig vor dem Gehenlassen möglichst ohne Luft in ein Plastiksackerl und verschließen dieses dicht. So können Sie den Teig 3 Monate tiefkühlen. Vor der Weiterverwendung lassen Sie den Teig über Nacht im Kühlschrank auftauen. Verpackung entfernen, Teig wie gewohnt verarbeiten.

Wir freuen uns über Ihre Fragen, Wünsche und Anregungen.

Schreiben Sie bitte an

GUSTO

Ferdinandstraße 4, 1020 Wien
Fax: 01 86 331 5610

briefe@gusto.at

IMPRESSUM GUSTO

Post-Adresse der Redaktion 1020 Wien, Ferdinandstraße 4 **Telefon** (01) 86 331-5301 **Fax** (01) 86 331-5610 **E-Mail** redaktion@gusto.at **Chefredakteur** Wolfgang Schlüter **Redaktionsassistent** Sabrina Großschmidt **Redaktion** Barbara Haiden, Barbara Knapp (CvD), Kerstin Grossbauer, Petra Wiedermann **Grafik** Markus Kainz **Ständige Mitarbeiter** Christine Egger, Elisabeth Fischer, Martin Gerstbauer, Werner Gruber, Susanne Hofbauer, Florian Holzer, Franz Karner, Alexander Knakal, Sophie Moser, Johann Reisinger, Stummerer & Hablesreiter, Christian Seiler, Angelika Topf, Martina Willmann, Bernadette Wörndl, Ronald Zobel **Fotos** Dieter Brasch, Eisenhut & Mayer, Ulrike Köb, Studio Liewehr, Michael Markl, Theresa Schrems **Art copyright** VBK Abo-Service T: (01) 95 55 100 Fax: (01) 95 55 200 E-Mail: abo@gusto.at **Postanschrift:** GUSTO Abo-Service 1020 Wien, Taborstrasse 1-3 **Medieninhaber, Herausgeber, Verleger, Produktion** Verlagsgruppe NEWS Gesellschaft m.b.H, FN 183971 HG Wien, 1020 Wien, Taborstraße 1-3 **Verlagsort** 1020 Wien, Taborstr. 1-3 **Verwaltung** T: (01) 86 331-6050 **Geschäftsführung** Axel Bogocz (Vorsitz), Anett Hanck, Dr. Ekkehard Veser **Generalbevollmächtigter** Dkfm. Helmut Hanusch **Verlagsleitung** Maria Oppitz **Geschäftsleitung Sales** Katrin Jusko **Anzeigenleitung** Klaus Edelhofer **International Sales Mag.** Evelyn Strohriegel (Ltg.) **Mediaservice&Marktforschung** Andrea Peter (Ltg.) **Anzeigenverrechnung** Andrea Peter (Ltg.), Michaela Köfer. Derzeit gilt Anzeigenpreisliste 2013. **Controlling & Rechnungswesen** Mag. Richard Starck (Ltg.), Christine Glaser (Ltg.) **Produktion** Sabine Stumvoll (Ltg.), Sibylle Bauer **Anzeigenproduktion** Günter Tscherznit (Ltg.) **Vertrieb** Mag. Angela Schuh-Haunold (Ltg.), Mag. Lisa Heigl- Rajch (Abo), Cornelia Wolf (EH) **Leser-Marketing** Philipp Storm (Ltg.) Viktoria Ilic **Ad-on Agency** Stefan Kubina (Ltg.) **Anzeigenmarketing** Antje Lehmann-Jaich (Ltg.) **Eventmarketing** Verena Sedelmayer (Ltg.) **Reproduktion** NMT, Günter Tscherznit (Ltg.) **Hersteller** Leykam Druck GmbH & CoKG, 7201 Neudörfel, Bickfordstr. 21 **Vertrieb** Morawa Pressevertrieb GmbH & Co KG, Hackinger Straße 52, 1140 Wien **Jahres-Abo** € 37,90 (inkl. MwSt.) **601.000 LeserInnen** lt. MA 2012, Alle Rechte, auch die Übernahme von Beiträgen nach §44 Abs. 1 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten. Der Offenlegungstext gem. § 25 MedG ist unter www.gusto.at/offenlegung abrufbar.

Meine Stimme entscheidet, wer entscheidet.



Nationalratswahl 2013:
Nur wer wählt, redet mit.

**29. 9.
7-17 Uhr**

Für mehr Infos zur Nationalratswahl:



QR Code scannen

Hotline: Tel. 01 / 525 50

www.wahlen.wien.at

StadtWien
Wien ist anders.

erhalten Sie ab
24. Oktober beim
Zeitschriften-
händler

Schokolade ist gesund, das ist sogar wissenschaftlich bewiesen. Mit dem einen oder anderen Stück kann man nichts falsch machen. Also, ran an unsere köstlichen Variationen.



Süße Kochschule

Feiner Mohnstrudel aus Beugelteig, ein Klassiker Schritt für Schritt erklärt.

Suppen für den Herbst

Zum Schöpfen gut. Vier herzerwärmende Kreationen sorgen für Wohlbefinden.



Alles Schokolade

Spendet gute Laune, schmeckt nicht nur pur, sondern auch als Kuchen, Torte & Dessert. Schokolade ist immer ein Hochgenuss.

Zart geschmortes Fleisch

Besonders saftige Variationen von Rind, Kalb, Schwein und Lamm. Die besten Beilagen werden mitgeliefert.

Schnelle Küche

Damit das tägliche Kochen auch im November nicht langweilig wird. Einfache Gerichte, in 20 Minuten zubereitet.

Gesund genießen

Diesmal steht Kraut auf dem Speiseplan. Wir verraten Ihnen, wie man das Gemüse geschmackvoll in Szene setzt.

So kocht Deutschland

Unternehmen Sie mit uns einen Streifzug durch die vielfältige Küche des Landes.

Klassisches Federvieh

Gerade richtig zu Martini. Gansl im Ganzen gebraten, zu Ritschert und einer feinen Suppe verarbeitet.





NEU

**EXTRA DEO-SCHUTZ –
AUCH AN STRESSIGEN TAGEN.**

STRESS PROTECT

GEGEN STRESSBEDINGTES UND
GEGEN NORMALES SCHWITZEN.





Rallyespaß im Raumwunder. Der neue Fabia Combi Monte Carlo.



Mit 2.600,- Euro Preisvorteil inkl. Climatronic, Parksensoren hinten, Tempomat¹⁾ uvm.

Einstigen, anschnallen und eintauchen in die faszinierende Welt des Rallyesports. Der neue ŠKODA Fabia Combi Monte Carlo verströmt Sportgeist pur und besticht durch ein pulsierendes Fahrgefühl. Sein dynamisches Design und die sportlichen Details werden Sie begeistern. Weil der Wunsch nach Rallyespaß nicht auf Kosten des Raums gehen sollte, ist er außerdem mit einem großzügigen Kofferraum ausgestattet. **Schauen Sie für Ihre erste Sonderprüfung bei Ihrem ŠKODA Betrieb vorbei.**