

09/2012 € 3,20

DAS ÖSTERREICHISCHE KOCHJOURNAL

GUSTO

GUSTO

SCHNELLE PFANNE

Raffinierte Variationen mit
Rind, Schwein, Kalb & Huhn

WILDE KERLE

Eierschwammerln und
Steinpilze in Bestform

HOLLERBEEREN

Süß und pikant

Gusto auf Reisen

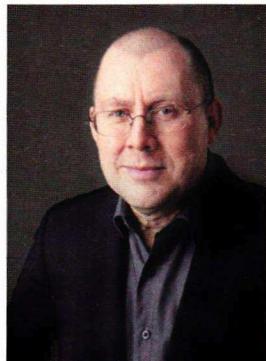
Kulinarische Spurensuche
am Mondsee und in Rotterdam



Heimatküche

Genial regional: neue Rezepte aus den Bundesländern.

0.9
P.b.b., GZ 022Z032133 M, Verlagspostamt 1020 Wien
9 004378 043004



LIEBE LESERINNEN UND LESER!

Langsam, aber sicher hat der Sommer seinen Höhepunkt überschritten und begibt sich in die Zielgerade. Das reisende Österreich kehrt zurück an den heimischen Herd. Hoffentlich kulinarisch äußerst motiviert. Wie so oft versuchen wir auch in diesem Heft die Wünsche unserer Leser zu erahnen. Was treibt sie, was treibt ihn in die Küche? Wir stellen uns vor, dass Sie aus dem Urlaub zurückkommen, voll mit Erinnerungen an fremde Länder und interessante Speisen. Was können Sie sich da wünschen? Wir tippen auf typisch Österreichisches. Sollen Sie haben, wir verwöhnen Sie mit den besten Schmankerln aus den Bundesländern.

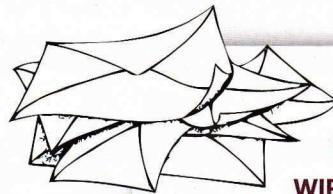
Weitere zur Saison passende Themen sind natürlich Schwammerln und Hollerbeeren – aus den einen werden innovative Hauptgerichte, aus den anderen machen wir süße und pikante Schlemmereien. Kochbegeisterte mit wenig Zeit finden neben der Serie Easy Cooking auch noch schnelle Fleischgerichte aus der Pfanne, die passenden Beilagen werden gleich mitgeliefert. Ach ja, da wäre noch der Meisterkoch aus dem Burgenland mit seinem Menü, die Suppe mit dem Bohnensterz ist zwar ein wenig gehaltvoller ausgefallen, schmeckt dafür aber besonders gut.

Viel Spaß beim Nachkochen
& Genießen wünscht im
Namen der Redaktion

Wolfgang Schlüter

Abkürzungen

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



LESER FRAGEN, WIR ANTWORTEN

Legieren

Was versteht man unter Legieren? Ich habe diesen Begriff in mehreren kulinaren Fachbüchern gelesen.

Karl F., Guntramsdorf

Legieren bedeutet binden, und zwar mit Dotter und Schlagobers. Die beiden Zutaten verquirlen und zum Beispiel in eine heiße Suppe oder Sauce rühren. Diese so lange unter dem Siedepunkt erhitzen, bis sie cremig ist, dabei ständig rühren. Wichtig: Sie dürfen die legierte Speise nicht mehr aufkochen, der Dotter würde ausflocken.

Kräuter einfrieren

Zurzeit wachsen bei mir im Garten jede Menge frische Kräuter, allerdings kann ich nicht alle auf einmal verarbeiten. Was mache ich damit?

Maria S., E-Mail

Am besten frisch geerntete Kräuter einfrieren: Kräuter kurz waschen und in einer Salatschleuder trocknen oder mit Küchenpapier trockentupfen. Je nach beabsichtigtem Verwendungszweck die Kräuter zerflücken, schneiden, hacken oder pürieren. Größere Mengen kann man auch auf einem Blech einfrieren (3-4 Stunden), danach rasch zerkleinern und portionsweise mit Suppe in Eiswürfelbehältern einfrieren.

Was ist Tarhonya?

In Kochbüchern und Zeitschriften kommt immer wieder Tarhonya vor. Ich kann mir nichts darunter vorstellen. Was ist das?

Albert K., Schladming

Tarhonya sind ungarische Teigwaren aus Hartweizenmehl und Eiern. Sie erinnern an dicke Reiskörner und sind eine klassische Beilage zu Gulasch.

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



16 Oriental-Style. So gesund kocht und genießt man in Marokko.



75 Aufgelaufen. Wir ankern in der süßen Ecke.

INHALT

COVERFOTO: THERESA SCHREMS

REZEPTE

GESUND GENIESSEN ON TOUR. MAROKKO

- Salate
- Fisch-Tajine mit Zitronen
- Kichererbsen-Eintopf mit Lammfleisch-Bällchen
- Granatapfel-Couscous

KINDER KOCHEN

- Fischfilet im Päckchen

PFANNENWALZER

- Schweinsmedaillons mit Currysauce
- Hühnerfilet-Pfanne mit Pesto-Rahmsauce
- Rindfleisch-Pfanne mit Powidl-Ingwer-Sauce
- Kalbsgeschnetzeltes mit Zitronen-Kapern-Sauce

HEIMATKÜCHE

- Niederösterreich: Wildschweinbraten mit Püree
- Oberösterreich: Erdäpfel-Käse-Knödel auf Blaukraut
- Salzburg: Geschmorte Lammstelzen
- Vorarlberg: Gratinierte Käsebrötchen
- Tirol: Nudeln mit Hirschsugo und Waldpilzen
- Kärnten: Polenta-Schmarren mit Kletzenragout
- Burgenland: Zander mit Safranbohnen
- Wien: Vegetarisches Reisfleisch
- Steiermark: Kürbisbutter

GEFÜLLTES GEMÜSE

- Spitzpaprika mit Safranreis-Fülle
- Rote Zwiebeln mit Erdäpfel-Grammel-Fülle
- Fenchelschiffchen mit Polenta-Garnelen-Fülle
- Zucchini mit Lamm-Kräuter-Fülle

10

- 12
- 14
- 16
- 17

24

- 25

26

- 27
- 28
- 29
- 30

32

- 34
- 35
- 36
- 37
- 38
- 39
- 40
- 42
- 43

44

- 45
- 46
- 47
- 48

EASY COOKING

- Schweinsfilet mit Tarhonya
- Käse-Mohnauflauf mit Apfelsauce
- Gemüsesuppe mit Parmesan; Kabeljaufilet im Safranfond
- Waffeln mit Zitronencreme; Schinken-Feigen mit Minze

50

- 50
- 51
- 52
- 53

GUSTO KЛАSSIKER

- Schwammerlstrudel

54

- 55

FUNDSTÜCKE

- Eierschwammerl-Risotto mit Knusperschinken
- Steinpilz-Polentapizza
- Marinierte Lachsforelle mit gerösteten Eierschwammerln
- Steinpilze in Rahmsauce mit Spinat-Serviettenknödeln

56

- 57
- 58
- 59
- 60

WAS FÜR EIN AUFLAUF!

- Brioche-Birnenauflauf mit Brombeeren
- Hörnchen-Mohnauflauf mit Apfelmus
- Reisaufkraut mit Himbeersauce
- Grießauflauf mit Kirschenkompott

70

- 72
- 73
- 74
- 75

HOLLER – DIE WALDFEE!

- Lamm in der Haselnusskruste mit Hollerbeeren
- Kalbsschnitzel mit Ricottafülle, Kürbis und Holler
- Sago-Holler-Pudding; Shortbread mit Hollercreme

76

- 77
- 78
- 79

KOCHSCHULE

- Zucchini-Kuchen mit Nougatglasur

80

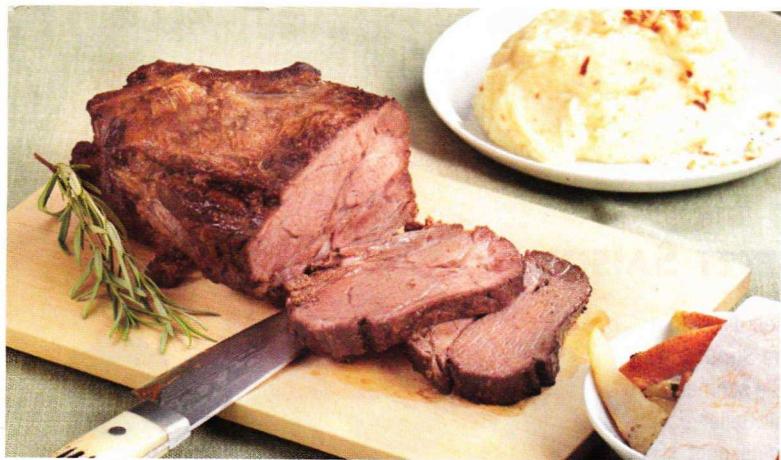
- 82

WENN PROFIS KOCHEN. JÜRGEN CSENCSTS

- Frischkäsesuppe mit Bohnensterz
- Zanderfilet im Speckmantel mit Kraut
- Stubenkücken mit Schwammerlsauce
- Cremeschnitte mit Erdbeer-Uhdlersorbet

84

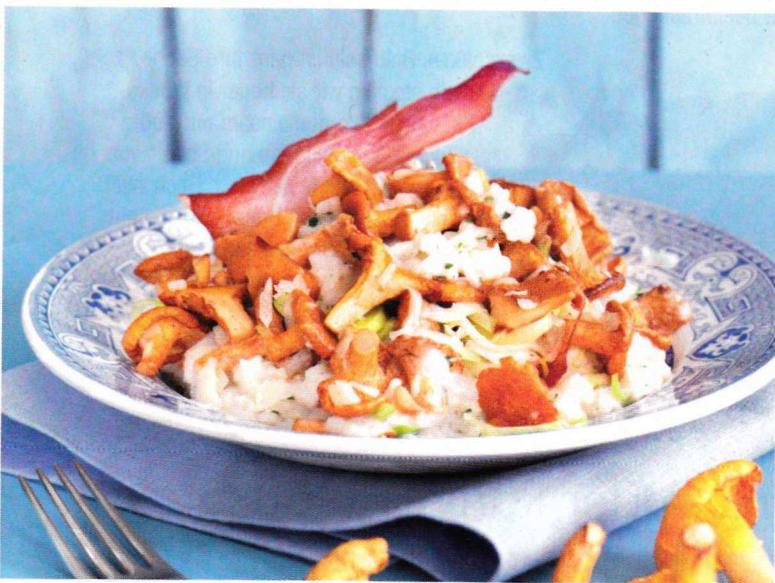
- 85
- 86
- 87
- 88



34 Rot-Weiß-Rot. Die besten Schmankerln aus den Bundesländern.



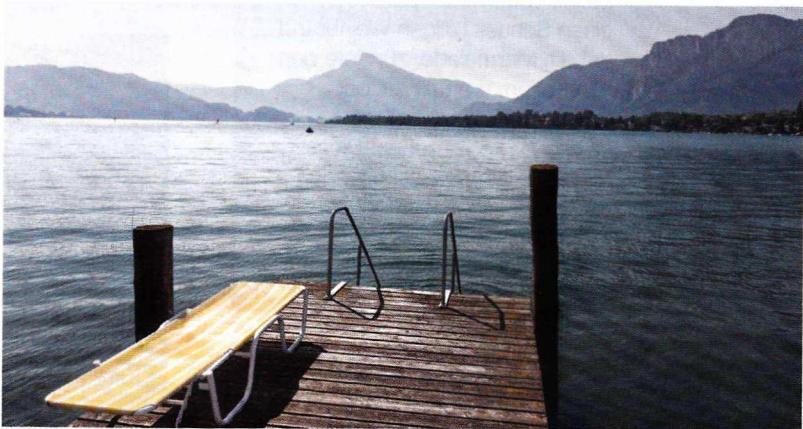
29 Rein in die Pfanne. Köstliches von Huhn, Rind und Schwein.



57 Ab in den Wald. Die Pilze sprießen.



79 Jetzt sind die Beeren dran. Süßes und Pikantes mit Holler.



62 Sommerausklang an einem der schönsten Seen des Landes.



46 Eingefüllt. Der perfekte Input für Zwiebel & Co.

KOLUMNEN

WERNER GRUBER

Kulinarische Physik – Einkochen

6

HABLESREITER & STUMMERER

Food Design – Müsli

7

STORIES

REISE NACH ROTTERDAM

Haring happen im Manhattan an der Maas

18

UNTERWEGS IM SALZKAMMERMUT

Kulinarische Entdeckungen rund um den Mondsee

62

KLAUS EGLES WEINWEGE

Wachau – auf zu neuen Ufern

90

BASICS

Editorial

3

Aktuell: Neues aus der Welt der Kulinarik

6

Küchen-Style: Rot-Weiß-Rot

94

Must have des Monats: Tajine – ein Topf für alle Fälle

95

Potpourri & Bücher

96

Vorschau, Impressum

98



EINKOCHEN

Jetzt ist Einkochzeit. Obst wird zerkleinert, mit Zucker versetzt, vielleicht mit ein paar Gewürzen verfeinert und erhitzt. Beim Kochen vermengen sich die einzelnen Zutaten, und die „bösen“ Bakterien werden zerstört. Danach kann die Marmelade in die Gläser abgefüllt werden.

Meine Großmutter gab noch einen Schuss billigen Weinbrand auf die Marmelade, zündete den Alkohol an, um unmittelbar darauf die Gläser mit dem Deckel zu verschließen. Diese Methode ist aus zwei Gründen sinnvoll: Erstens werden die letzten Bakterien durch die Flammen vernichtet. Zweitens wird die Luft zwischen der Marmelade und dem Deckel erhitzt. Wenn die Flamme erloschen ist, kühlte die Luft wieder ab. Sie braucht dann weniger Platz – es entsteht ein geringer Unterdruck.

Lässt sich das Marmeladeglas nur mit einem gewissen Kraftaufwand öffnen, wissen wir, dass der Unterdruck den Deckel auf das Glas zieht. Lässt sich das Glas aber problemlos öffnen, wissen wir, dass der Deckel nicht luftdicht abschließt, Bakterien eindringen können und die Marmelade vermutlich bald verdorben sein wird.

Werner Gruber ist Experimentalphysiker an der Universität Wien.

DAS HAT JETZT SAISON

BROMBEEREN. Wir lassen die aromatischen Waldbeeren am Strauch, bis sie schwarz werden. Sie schmecken am besten lediglich mit Gelierzucker (1:2) zu Marmelade eingekocht. Nicht passiert und ohne Zitronensaft – er würde das feine Aroma beeinträchtigen.



ZWETSCHKEN. Blau sein ist ganz ihre Sache.

Deshalb stecken wir sie heuer in Wodka. Ein halbes Kilo gemeinsam mit 100 g Zucker, 1 Zimtstange und Schale von 1 Bio-Zitrone in 0,7 Liter. Nach zwei bis drei Monaten trennen wir Frucht und Schnaps voneinander und genießen sie separat. Der Wodka kann noch individuell mit Zuckersirup abgeschmeckt werden.

Erntedank in der Raritätengärtnerei



Zum Saisonhöhepunkt lädt Eveline Bach zum Gartenfest. Es gibt viel zu bestaunen und zu verkosten: 100 Chili- und ebenso viele Paradiesersorten, allerlei nicht alltägliches Gemüse sowie Kräuterraritäten. Befreundete Produzenten präsentieren ihre Delikatessen und Gewürze.

14. September, 15–19 Uhr,
Gärtnerie Bach, 1220 Wien,
Contiweg 12, T: 01 280 95 34



Südtiroler Bauernküche

Im Herbst fährt man gerne zum Törggelen nach Südtirol.

Ein nützlicher Begleiter ist der Führer zu den Hof- und Buschenschankn. Der „Bäuerliche Feinschmecker“ kann kostenlos bestellt werden. T: +39 0471 99 93 08, www.roterhahn.it.

2012/13
Bäuerlicher Feinschmecker

Südtiroler Buschen- und Hofsankbetriebe



KNÖDELFEST

Speckknödel, Kasknödel, Zwetschkenknödel ... Das 31. Tiroler Knödelfest in St. Johann ist das alljährliche Highlight der Almfestwochen. Am 300 Meter langen Knödeltisch wird gerollt bis zum Zerkugeln – 22 Variationen tischen die örtlichen Wirtes auf.

22. September 2012, St. Johann in Tirol, www.knoedelfest.at

FOOD-DESIGN



DAS MÜSLI

Entstanden ist das Gericht vor mehr als hundert Jahren. Um 1900 waren etliche Ärzte und Auskänner damit beschäftigt, dem Volke „gesunde“ Nahrung zu designen und ihm eine möglichst bekömmliche Diät zu verordnen. Einer davon war der US-Amerikaner John Harvey Kellogg, der nicht nur die berühmtesten Frühstücksflocken der Welt erfand, sondern auch eine Art Kurhotel führte, in dem man lernte, gesünder und natürlich vegetarisch zu leben. Ein anderer war der Schweizer Arzt und Ernährungsreformer Maximilian Oskar Bircher-Benner. Er war Gründer des Sanatoriums „Lebendige Kraft“. Ab 1902 versuchte er seinen Patienten eine Vollwertdiät mit frischem Obst näherzubringen, die er „Birchermus“ nannte. Die Rohkostspeise hatte er bei Bergwanderungen von Sennerinnen serviert bekommen, als extrem gesund identifiziert und danach zu adaptieren begonnen. Die Mischung aus Haferflocken, Zitronensaft, Nüssen, Äpfeln und Kondensmilch wurde zunächst in der Schweiz sehr populär und sogar beim Militär und in Gefängnissen serviert. Seit 1942 wird das Mus, das zum Müsli wurde, in Fertigmischungen angeboten, doch erst die Hippie- und die Umweltbewegung verhalfen dem Gericht zum Durchbruch. Ob Dr. Bircher mit den heutigen Fertigmischungen Freude hätte, sei dahingestellt. Die meisten Müslimischungen enthalten Unmengen an Zucker oder anderen nicht minder dick machenden Süßstoffen.

Sonja Stummerer und Martin Hablesreiter sind Architekten in Wien; www.honeyandbunny.com

Best of Foodblogger

Der erste AMA Food Blog Award geht ins Finale. 128 deutschsprachige Blogs wurden eingereicht (www.foodblogaward.at). Eine fachkundige Jury hat bereits die drei Finalisten ermittelt. Am 8. September wird der Gewinner / die Gewinnerin bekannt gegeben.

Eine Siegerin steht bereits fest: „ziiikocht.at“ wurde zum Blogger-Liebling gewählt.

Aicuisine



Top 3: aicuisine.com

Frau Ziii bloggt seit etwas mehr als einem Jahr. Sie heißt im wirklichen Leben Susanne Zimmel und hat mit ihrem Mann eine Software-Firma. Das Bloggen bezeichnet sie als „echtes Hobby“. Sie kocht und isst leidenschaftlich und erzählt gerne darüber. Bedeckt hält sie sich über Privates, im Blog ist sie lediglich „Frau Ziii“. Auch, dass sie eine Ausbildung zur Ernährungsberaterin in chinesischer Medizin hat, möchte sie nicht an die große Glocke hängen. Der eigentliche Auslöser für das Bloggen war ein Fotoapparat, ein Geschenk. Obwohl sie „totaler Laie“ ist, sprechen ihre Bilder in ihrer Klarheit eine professionelle Sprache. Frau Ziii ist streng mit sich selbst. Manche Gerichte werden mehrmals gekocht, bis sie gut und schön genug fürs Onlinedasein sind. Wir finden, Frau Ziii ist sehr talentiert, im Kochen, im Fotografieren, im Schreiben. Ihre Blogs lesen sich amüsant, kurzweilig, informativ.



Top 3: thestepfordhusband.blogspot.co.at

ziiikoch...was



Top 3 und Blogger-Liebling: ziiikocht.at

babette's gewürztipp Zitronengras

Schon längst ist Zitronengras auch in unseren Supermärkten ein vertrauter Anblick. Mit echten Zitronengewächsen hat diese Pflanze wenig zu tun, ihr Aroma kommt frisch geriebener Zitronenschale jedoch sehr nah. Für südostasiatische Currys sind die saftigen Blätter unverzichtbar, ganz fein ist das Aroma auch zu einer Karotten- oder Kürbissuppe, zu gedünstetem Fisch oder in einer Panna Cotta: Hier lässt man einfach ein Stück Zitronengras, längs halbiert und leicht angedrückt, in der Suppe, im Sud oder im Obers mitziehen. Eine hübsche Idee, die viel Geschmack bringt: die Zitronengrassstengel als Spieße für Grillgut verwenden. Wem der Sinn nach Erfrischung steht, der schneide ein Stück Zitronengras in Stücke, gieße mit kochendem Wasser auf und genieße 10 Minuten später einen feinen Tee.

www.babettes.at



PICCALILLI

Typisch britisch.

Dieses süßsaure Gemüse in pikanter Senfsauce schmeckt zu kaltem Fleisch, Terrinen, aber auch zu Käse. Karfiol ist darin ein „Must“, die anderen Gemüse können nach Saison variiert werden.



400 g Karfiol, 200 g Zwiebeln, 200 g kleine Zucchini, 200 g Karotten, 2 Birnen, 60 g Salz, 500 ml Weißweinessig, 150 g Kristallzucker, 30 g frischer Ingwer (klein gehackt), 1 TL Korianderkörner, 2 TL Senfkörner, 2 TL Pfefferkörner, 30 g Speisestärke, 2 TL Senfpulver, 2 TL Kurkuma

- Gemüse und Birnen nach Bedarf schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Mit Salz und 1 l kaltem Wasser vermischen und zugedeckt über Nacht stehen lassen. Gemüse abseihen.
- Essig, Zucker, Ingwer, Koriander-, Senf- und Pfefferkörner aufkochen. Gemüse zugeben und ca. 5 Minuten kochen. Stärke, Senfpulver und Kurkuma verrühren, mit wenig Wasser glattringen, zum Gemüse gießen. Ca. 5 Minuten kochen, das Gemüse soll noch bissfest sein.
- Noch heiß in saubere Gläser füllen und 1–2 Wochen stehen lassen.

Sieg!

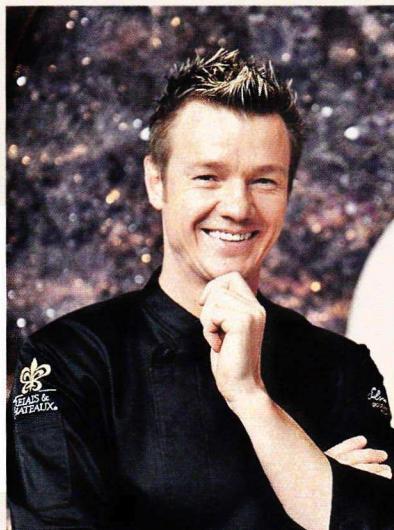
Sie ist begeisterte Hobbyköchin und seit Mitte der 80er Jahre Abonnee von GUSTO. Kommt also nicht von ungefähr, dass Barbara Breit-Schaninger aus Innsbruck am 20. Juli einen fulminanten Sieg eingefahren hat: Sie gewann in München den anspruchsvollen Kochwettbewerb der deutschen Zeitung „Die Zeit“. In der Jury saßen unter anderen Wolfram Siebeck, Dieter Müller und Cornelia Poletto. Das Menü für 75 geladene Gäste: Octopus auf Fenchel-Orangenbett, „Tutto il pesce“ von der Dorade rosé und Prosecco-Holunder-Sorbet mit Topfenpalatschinken. Wir gratulieren!

Octopus auf Fenchel-Orangenbett, die Vorspeise des siegreichen Menüs von Barbara Breit-Schaninger im „Zeit“-Kochwettbewerb.



Silvio Nickol,
Restaurant im Palais
Coburg, Wien

Hühnerhaut-Chips



Der beste Fernsehsnack, schwärmt Silvio Nickol, sind krosse Chips aus Hühnerhaut.



Große Küche besteht nicht zuletzt darin, alles bestmöglich zu verwerten. So lässt sich selbst aus Hühnerhaut noch eine unglaublich leckere Knabbererei zaubern.

HÜHNERHAUT-CHIPS:

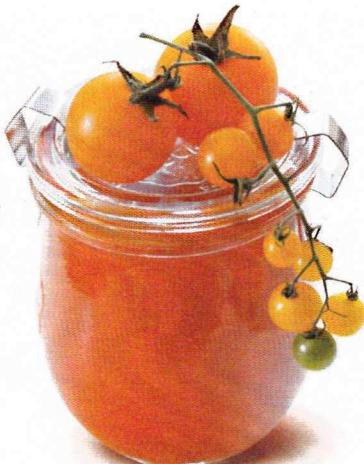
Die Hühnerhaut vorsichtig vom Fett trennen, glatt auf ein mit Backpapier belegtes

Blech legen, mit Salz, Paprika und Pfeffer leicht würzen. Die Haut mit Backpapier belegen und beschweren, z.B. mit einem Topf. Im vorgeheizten Rohr bei 170°C Umluft knusprig backen (dauert ca. 20 Minuten). Auf Küchenpapier auskühlen lassen.

Superfruchtig Orange Paradeiscreme

Viele orangefarbene Paradeiser haben ein spezielles marillenfruchtiges Aroma. Zu einer pikanten Creme eingekocht, die perfekte Ergänzung zu zart-würzigem Käse, zum Beispiel Ziegenkäse:

1 kg orange Paradeiser (besonders fein: Valencia) und 1 oranger Chili in einem Kutter fein mixen, mit 1 zerdrückten Knoblauchzehe und 1 Vanilleschote bei schwacher Hitze einkochen. Die Masse pürieren, 40 g Gelierzucker zugeben und weitere 10 Minuten kochen. Mit Salz abschmecken.



MEINEWEINE
DER WEINCLUB VON NEWS UND WEIN & CO

ALLES ZUSAMMEN UM NUR
€ 79,-
statt € 208,-*



Startpaket mit 6 x 2 Top-Weinen

Gratis dazu:

Den exklusiven MEINEWEINE Sammelordner, pro Wein eine Sammelkarte inkl. GUSTO-Rezept & die Weinfibel mit allem Wissenswerten über Wein



Ihr „MEINEWEINE“-Weinpaket erhalten Sie gratis mit der Premium Weinlogistik von DPD – Österreichs führendem privaten Paketdienst.

+ 6 exklusive Weingläser
statt € 47,94

GRATIS!

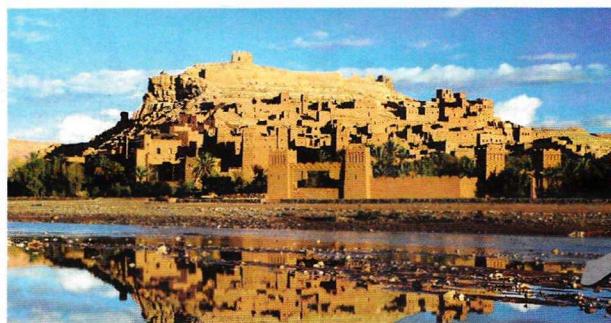


MEINEWEINE.COM
BESTELL-HOTLINE: 0800 700 007





GESUND GENIESSEN



Marokko On Tour

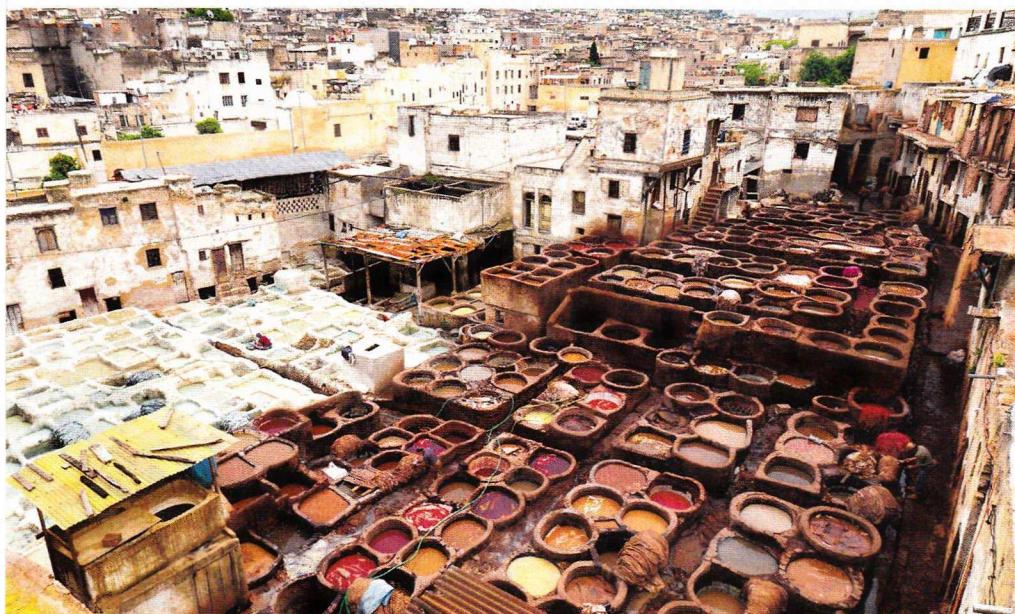
Buntes Treiben, der Duft unzähliger Gewürze in der Nase, ein Wuseln und Feilschen. Marokkos Bazare hauchen seiner Küche Leben ein. Wertvolles Arganöl schmiert die sandige Kehle, Minztee belebt den müden Geist. Der Fisch schmilzt auf der Zunge. Bon appétit!

REZEPTE: ELISABETH FISCHER | FOTOS: STEFAN LIEWEHR, ISTOCKPHOTO.COM



Tausendundeine Teestunde

In der Schatzkammer des Königreichs lagern knackiges Obst und Gemüse, magere Fleischbrocken, pfiffige Gewürze. Die Paradeiser glühen mit der Sonne um die Wette, Oliven in allen Farben räkeln sich auf den Marktständen. Ob Ramadan oder nicht, fein geschmeckt wird immer. Der Norden glänzt mit Brot, der Süden mit Couscous und Tajine. Dort werken die Hände von Oma, Tochter und Enkelin stundenlang über der Holzkohle. Geschmack braucht eben Zeit und Können. Selbst gemacht ist die Devise, Instant ein No-Go. Wahren Geschmack und liebevoll gekochte marokkanische Tafelfreuden kennen wir kaum. Touristen werden mit Express-Gerichten abgespeist. Abseits vom Trubel is(s)t man authentisch, lebt Traditionen, wehrte sich seit jeher gegen Einflüsse. Erfolgreich waren darin nur die Briten. Der Tee regiert stolz das Land, dem Kaffee hat man diese Herrschaft nie gegönnt. Am beliebtesten ist Grüntee, am bekanntesten Atay, frischer Minztee. Dazu werden, ganz britisch, Kekse gereicht. Ein Willkommensgruß, den man, schon der Kekse wegen, nicht ablehnen darf!





GESUND GENIESSEN



سلطة Salate

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten

Karfiol-Salat mit Charmoula:

- 500 g Karfiol**
- 2 Knoblauchzehen**
- 1 TL Kreuzkümmel** (gemahlen)
- Saft von ½ Zitrone**
- ½ EL Rotweinessig**
- ¾ TL Paprikapulver**
- 10 g Koriander**
- 3 EL Olivenöl**
- 2 Paradeiser**

Orangen-Dattel-Salat:

- 4 Orangen**
- 7 Medjool Datteln**
- Schale von ¼ Bio-Zitrone** (fein gehackt)
- 2 EL Zitronensaft**
- 2 TL Arganöl**
- 3 Romano-Salatherzen** (je ca. 200 g)

Salz, Pfeffer, Zimt

1 Karfiol-Salat: Karfiol putzen, in Röschen teilen, zugedeckt über Wasserdampf bissfest garen (ca. 7 Minuten). Inzwischen für die Charmoula Knoblauch schälen, im Mörser zerstoßen oder fein hacken. Knoblauch, Kreuzkümmel, Zitronensaft, Essig und Paprikapulver verrühren. Koriander fein hacken, mit der Marinade vermischen. Öl nach und nach unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Karfiol mit der Charmoula vermischen und ziehen lassen. Paradeiser kurz überkochen, kalt abschrecken, Haut abziehen, Kerne entfernen. Fruchtfleisch klein würfeln und unter den Karfiol mischen. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Orangen-Dattel-Salat: Kappen von 3 Orangen abschneiden, Orangen so schälen, dass auch die weiße Innenhaut entfernt wird. Filets zwischen den Trennhäuten herausschneiden; dabei den Saft auffangen. Filets halbieren. Restliche Orange auspressen. Datteln entkernen und in Streifen schneiden. Orangen, Datteln, ½ TL Zimt und Zitronenschale vermischen und ziehen lassen. Orangen-, Zitronensaft, Arganöl, Salz und Pfeffer verrühren. Salatherzen in feine Streifen schneiden, mit dem Dressing vermischen, mit der Orangen-Dattel-Mischung anrichten. Salate eventuell mit Datteln servieren.

Nährwert pro Portion

264 kcal; 7 g EW; 13 g Fett;
29 g KH; 2,4 BE; 0 mg Chol.

Gesund, weil ... diese Salate die Abwehrkräfte stärken - Karfiol mit seinen Senfölen, Orangen und Zitronen mit reichlich Vitamin C. Darüber hinaus sind Datteln mit vielen B-Vitaminen das reine, da beruhigende Nervenfutter.

Hühnercurry mit Gewürzreis



Zubereitung (Zutaten für 4 Personen)

250 g Basmatireis waschen und in kaltem Wasser 20 Min. einweichen. 20 g Butter schmelzen, 2 Stk. Sternanis, 3 Nelken, 1 Zimtstange sowie 1 geschnittene rote Zwiebel rösten und mit 400 ml Wasser ablöschen. Reis und 1 TL Salz begeben, aufkochen und 15 Min. ziehen lassen. 1 Zwiebel schneiden, mit 1 EL Öl und 1 EL brauner Zucker anschwitzen. 2 fein geschnittene Chilis, 2 gehackte Knoblauchzehen, 1 EL fein geriebenen Ingwer, 2 EL mildes Currysüßer begeben und mit 1 Flasche Mautner Markhof Fruchtdressing Mango ablöschen – kurz einkochen und mit 400 ml Kokosmilch aufgießen. 100 g Kirschtomaten halbieren, 1 Zucchini würfelig und

2 Hühnerbrüste in Stücke schneiden. Öl erhitzen und die Hühnerstücke anbraten, Zucchini und Tomaten zugeben, nochmals anrösten. Zum Curry geben, abschmecken und mit Reis servieren.



WERBUNG

Weitere Rezeptideen finden Sie unter www.mautner.at



طاجن السمك مع الليمون Fisch-Tajine mit Zitronen

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

Fisch:

4 Fischfilets (Kabeljau, Zander; je ca. 180 g; ohne Haut und Gräten)

1 Knoblauchzehe

20 g Petersilie

10 g Koriander

1 TL Ingwer (fein gehackt)

¼ TL Kurkuma (gemahlen)

Saft von ½ Zitrone

Schale von ¼ Bio-Zitrone (fein gehackt)

12 grüne Oliven

Gemüse:

2 weiße Zwiebeln

300 g Karotten

600 g Paradeiser

2 Knoblauchzehen

1 Bio-Zitrone

1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)

Salz, Chili, Olivenöl

1 Fischfilets abspülen und trockentupfen. Knoblauch schälen. Knoblauch, Petersilie und Koriander fein hacken. 60 ml Öl, Kräuter, Knoblauch, Ingwer, Kurkuma, Zitronensaft und -schale verrühren. Fischfilets mit der Marinade bestreichen und für 1 Stunde kalt stellen.

2 Für das Gemüse Zwiebeln und Karotten schälen. Zwiebeln halbieren, Karotten und Zwiebeln in dünne Scheiben schneiden. Paradeiser kurz überkochen, kalt abschrecken, Haut abziehen, Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Zitrone in sehr dünne Scheiben schneiden. Kreuzkümmel kurz rösten, mit Paradeisern, Knoblauch, Salz und Chili ca. 10 Minuten dünsten; dabei ab und zu umrühren.

3 Zwiebeln in der Tajine oder in einem Topf verteilen. Karotten und Paradeiser daraufgeben und salzen. Gemüse zugedeckt ca. 20 Minuten köcheln (Kochtopf mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken, Deckel daraufsetzen).

4 Fischfilets aus der Marinade nehmen, salzen und auf das Gemüse legen. Oliven und Zitronenscheiben darauf verteilen. Marinade darübergießen. Tajine zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln. Dazu schmeckt Brot oder Couscous. Gegen den Durst hilft gespritzter Granatapfelsaft.

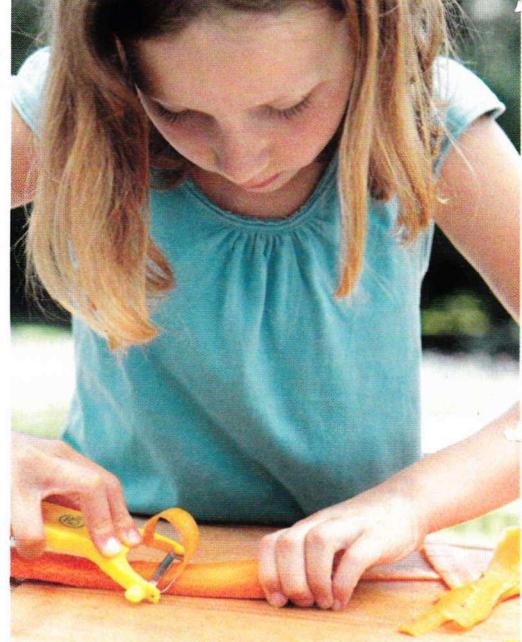
Nährwert pro Portion

366 kcal; 35 g EW; 18 g Fett;
13 g KH; 1,1 BE; 61 mg Chol.

Gesund, weil ... durch das Kochen der Lycopingehalt der Paradeiser gesteigert wird.
Dieser bioaktive Pflanzenstoff schützt vor Herz-Kreislauf-Krankheiten, Diabetes und Osteoporose.



1. Karotten putzen,
schälen und mit
dem Sparschäler
in Längsstreifen
schnieden.



2. Jungzwiebeln putzen
und in dünne
Längsstreifen
schneiden.
Petersilie fein
schneiden.

Fischfilet im Päckchen



Kochkunst vom Grill – mit diesem Fischfilet werdet
ihr eure Gäste begeistern! Besonders praktisch:
Die Beilage ist gleich dabei.

FOTOS: EISENHUT & MAYER
REZEPT: ELISABETH FISCHER*

* Expertin für die geschmackvolle, praktische
Umsetzung von trockenen Ernährungsempfehlungen,
für Kochen mit und für Kinder.
www.elisabeth-fischer.com

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

700 G ZANDERFILETS
(OHNE HAUT UND GRÄTEN)
500 G KAROTTEN
4 JUNGZWIEBELN
10 G PETERSILIE
1 EL OLIVENÖL
4 EL ZITRONensaFT
20 G BUTTER
800 G KLEINE ERDÄPFEL (GEKOCHT)
SALZ, PFEFFER

Foto: iStockphoto.com

3. Vier Stück Alufolie
dünn mit Öl bestreichen.
Karotten darauf zu einem
„Teppich“ flechten.





Hotel New York
3072 AD Rotterdam
Koninginnenhoofd 1
T: +31 10 439 05 00
www.hotelnewyork.nl

Suitehotel Pincoffs
3071 JX Rotterdam
Stieljesstraat 34
T: +31 10-2974500
www.hotelpincoffs.nl

Hotel Bazar
3012 BP Rotterdam
Witte de Withstraat 6
T: +31 10 2065151
www.hotelbazar.nl

Las Palmas
3072 AR Rotterdam
Wilhelminakade 330
T: +31 10 23 45 122
www.hermandenblijker.nl

Koekela
3014 GE Rotterdam
Nieuwe Binnenweg 79a
www.koekela.nl



Dudok
3011 Rotterdam
Westewagenstraat 52
www.dudok.nl

De Bonte Koe
3011 Rotterdam
Delftsevaart 26
www.debontekoe.nl

Spido – Hafenrundfahrten
3016 DR Rotterdam
Willemsplein 85
www.spido.nl

JETZT!



KINDER-TÜTE

In jeder Kindertüte stecken:
**1 Wurstsemel,
1 Capri-Sonne 0,2l,
1 Apfel, 1 Packung Smarties,
1 Malbuch,
1 Packung Buntstifte**

Erhältlich an allen BP Tankstellen
mit Wild Bean Cafe in ganz Österreich.
Solange der Vorrat reicht. Aktion gültig bis 30. 9. 2012. www.wildbeancafe.at





Binnenrotte Markt: Kaas, so weit das Auge reicht, da kommt so einiges ins Gepäck. Bei Fisch und Meeresfrüchten können wir leider nur gustieren.

Seite 23: Hotel Bazar (oben)
Suitehotel Pincoffs (darunter)

Binnenrotte Markt. Bevor wir uns in das Gewühl auf dem größten Straßenmarkt der Stadt schmeißen, machen wir einen Abstecher zu den Kubushäusern. Hier wohnt man echt schräg. Architekt Piet Blom hat 38 würfelförmige Häuser um 45 Grad geneigt, auf einen sechseckigen Kegel gestellt und miteinander verbunden. Die Idee: Jedes Haus stellt einen Baum dar, alle zusammen ergeben einen Wald. Echt sehenswert! Zurück zum Markt, hier herrschen paradiesische Zustände, 450 Standler bieten Waren aus allen Ecken der Welt feil. Unser Augenmerk gilt dem Käse, speziell dem Gouda, wir erstehen drei Ecken unterschiedlichen Alters, natürlich auch Preises. Junger reift 4 bis 8 Wochen, mittlerer 2 bis 6 und der alte mindestens 6, mitunter sogar 18 Monate. Leider funktioniert es nicht, den billigen jungen zu kaufen und darauf zu warten, dass er im Laufe der Zeit zum würzig-nussigen Alten wird ...

Las Palmas. Das Lokal von *Herman den Blaik* (Bilder rechts) ist ein Must, ist es doch das größte Fischrestaurant, der Chef der berühmteste Fernsehkoch der Niederlande. Das Ambiente ist bis auf die gewaltigen Luster schick reduziert, die Küche hinter Glas, Herman den Blaik eine Erscheinung. Die Speisekarte ist ein Traum, startet mit acht unterschiedlichen Austern. Wir schwanken zwischen *Plateau Las Palmas*, da hat man sämtliches Meeresgetier drauf, und dem



Chef-Menü in fünf Gängen um 67,50 Euro. Man gönnt sich ja sonst nichts, wir nehmen Letzteres. Gute Entscheidung, vom amuse bouche bis zum Dessert, alles *delicious*. Tipp: Wer keinen Tisch ergattert oder einfach nur zum Gourmet-Snacken kommen möchte, setzt sich an die Theke, ordert *Tasting of meat, fish or starters*. Außerdem gibt's Austern & Bouillabaisse als Takeout.

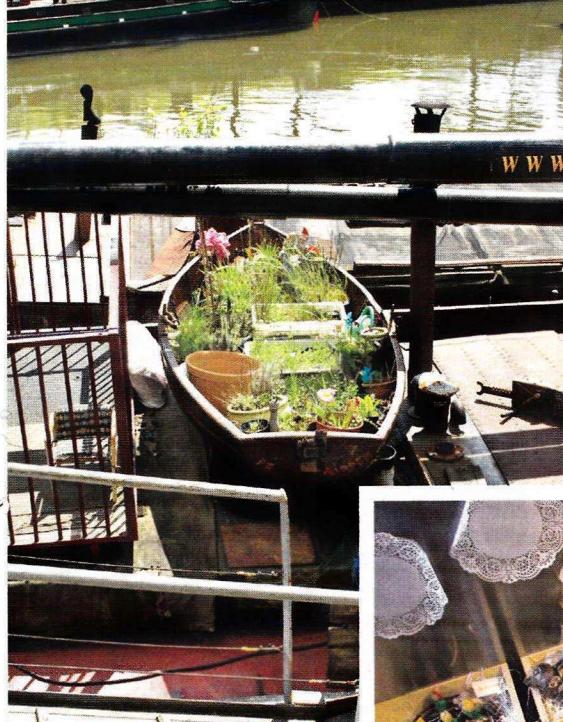
Hotel Bazar. Der Name ist Programm, in den Zimmern wie im Restaurant – bunt, schräg, skurril, orientalisch. 1001-Nacht-Feeling. Die Speisekarte spiegelt das Multikulti-Treiben in Rotterdam exakt wider: algerische, libanesi-



sche, marokkanische, persische, türkische und natürlich niederländische Gerichte, allen voran appetitaart von Dudok. Sämtliches Fleisch ist *halal*, die Portionen sind groß, die Preise äußerst moderat. So teilen wir zu dritt *Irfan's Vorspeise*, kostet 11,50 Euro, könnte im Orient nicht besser schmecken. Plus für Morgenmuffel: Frühstück gibt's den ganzen Tag über. Und wer vom orientalischen Interieur hin und weg ist, kann im angeschlossenen Shop die eine oder andere Lampe, Kerze oder Schale käuflich erwerben.

Museen. Rotterdam zu verlassen, ohne im Kunstmuseum *Boijmans van Beuningen* gewesen zu sein, wäre ein Fauxpas. *Kunsthall* und das niederländische *Architektur-institut* müssen wir leider vertagen ...





Der Kräutergarten auf dem Hausboot
Kubushäuser – sehr schräg
Schoki im De Bonte Koe
Taart and more bei Dudok



ckende Backsteingebäude mit seinen beiden Uhrtürmen zwischen dem *World Port Center* und dem 151 Meter hohen *Montevideo* fast ein bisschen unter. Im ganzen Gebäude kommen nostalgische Gefühle auf, die ursprüngliche Ozeandampfer-Architektur wurde trotz modernsten Komforts erhalten. Jedes Zimmer ist einzigartig, unseres punktet zusätzlich mit traumhaftem Blick auf die Maas, die beiden Turmzimmer sind das Non-plusultra. Wer nicht hier wohnt, sollte trotzdem mal vorbeischauen, es gibt einen Buchladen, einen Barber-Shop, einen Kiosk und ein Café-Restaurant mit einer super Terrasse. Tipp: Das Frühstücksbuffet lässt keinen Wunsch offen. Das New York ist gut gebucht, wir haben für zwei Nächte ein Zimmer ergattert. Für den Umzug wählen wir ein Wassertaxi. Das High-Speed-Boot flitzt mit einem Affenzahn durchs Wasser, setzt uns direkt bei *Pincoffs* ab.

Suitehotel Pincoffs. „Antike Sachen in einem Up-to-date-Hotel. Das einmal zu erleben ist schon etwas sehr Besonderes.“ So das Zitat von *Herman van Veen* auf der Homepage des Hotels. Wir pflichteten dem auf der vollen Länge bei. Das ehemalige Zollgebäude ver-

sprüht Charme, die 17 Suiten und Zimmer das ultimative Wohngefühl. Das Haus ist eine tolle Kombination aus Antikem und Stylischem. Die Illy Francis Francis und das iPod Dock auf dem Schreibtisch, die Toiletteartikel von Bulgari im futuristischen Bad setzen das Pünktchen auf das i.

Typische Küche. Gibt es sie überhaupt, wenn ja, ist sie nicht raffinessenlos, dafür heftig deftig? Bemerkung am Rande: Die klassisch österreichischen Gerichte sind auch nichts für Kalorienzähler. Also gut, die *Sauce hollandaise* wurde in der Normandie erfunden, *patat* (Pommes) hat man den Belgiern geklaut, über den Kohleintopf muss man mit den Deutschen diskutieren. Jedoch nicht über *frikandel*, denn das ist kein faschiertes Laibchen, sondern ein frittiertes Würstchen aus Hühner-, Schweine- und Pferdefleisch. *Matjes* ist das Lieblingsgericht der Niederländer, sein Verzehr Kult. Anleitung zum *haring happen*: Schwanzflosse zwischen Zeigefinger und Daumen klemmen, Fischchen in die Zwiebeln tauchen, Kopf in den Nacken, Fischchen kurz über dem Mund baumeln lassen, zubeißen. Nur Bananenwickeln ihn in eine Serviette, bestellen

broodje haring und lehnen vielleicht gar noch die Zwiebeln ab. Natürlich spielen Fisch und Meeresfrüchte überhaupt eine wichtige Rolle in der Stadt am Wasser. Ansonsten ist Multikulti im Kochtopf angesagt, leben doch 170 verschiedene Nationen in Rotterdam. Allen voran Einwanderer aus den ehemaligen Kolonien wie Suriname oder den Niederländischen Antillen, von den Kapverden, aus der Türkei und Marokko – von hier kommt übrigens auch der Bürgermeister von Rotterdam, *Ahmed Aboutaleb*.

Süß. Die Niederländer sind Naschkatzen. Wem es ebenso geht, der sollte drei Adressen nicht auslassen. *Koekela* ist die optimale Location für ein Kaffeepäuschen, *cookies*, *muffins* und *scones* sind vom Feinsten. Bei *De Bonte Koe* kommen Schokoholiker voll auf ihre Rechnung. Und bei *Dudok* gibt es die beste *appeltaart* der Stadt. *Stroopwafeln* findet man sowieso an jeder Ecke.



Manhattan an der Maas. Das Stadtzentrum wurde 1940 von der deutschen Luftwaffe in Schutt und Asche gelegt, nur wenige Bauwerke konnten dem Bombardement standhalten. Eines davon ist der älteste Wolkenkratzer Europas, das *Het Witte Huis*. 1897 war es ein gewagtes Unternehmen von Architekt *Willem Molenbroek*, doch mittlerweile wirken die zehn Stockwerke und 43 Meter Höhe des wunderschönen Jugendstilgebäudes etwas mickrig. Nach dem Motto „Je höher, desto besser“ entstand eine spektakuläre Skyline, Rotterdam entwickelte sich vom Underdog zum Hotspot für Architektur-, Kultur- und Sightseeingfreaks. Eines der Wahrzeichen und beliebtes Fotomotiv ist die *Erasmus-Brücke*. Sie wurde von *Ben van Berkel* geplant, verbindet das Zentrum mit *Kop van Zuid*.



Hotel New York: Toll wohnen und essen (beide links)

Wassertaxi auf der Maas (links unten)

Die Laurenskerk ist ein Relikt aus dem Mittelalter (ganz oben)

Der größte Containerhafen Europas (oben)

Charakteristisch ist der weiße, 139 Meter hohe angewinkelte Pylon, er brachte ihr den Namen *de zwaan* ein. Die südliche Brückenauftaft ist aufklappbar, damit auch große Schiffe durchfahren können.

Hafentour. Die machen wir mit dem Spido-Boot, dauert 75 Minuten, ist super faszinierend. Der Rotterdamer Hafen ist der Containerumschlagplatz schlechthin, mit Abstand der wichtigste Hafen Europas in Sachen Erdöl sowie Obst, Gemüse und Fruchtsäfte. Wir schippern vorbei an Containerschiffen, Trockendocks und Lagerhallen, blicken hoch zum gewaltigen Kreuzfahrtschiff *De Rotterdam*, welches hier endgültig vor Anker ging, seine Bestimmung als Hotel und schwimmende Ausgehmeile fand. Wieder an Land, steht uns der Sinn nach Kontrast, und den finden wir in allen Belangen rund um den *Oude Haven*. Idyllische Gassen, fesche Backsteinhäuser, alte Grachten, traditionelle Hausboote vermitteln Amsterdam-Feeling.

Hotel New York. Das ehemalige Hauptquartier der *Holland Amerika Lijn* hat sich standhaft gegen die Bombenangriffe gewehrt. Von hier aus suchten hunderttausende Auswanderer ihr Glück in den USA. Nun geht das entzünd



DAM

Jung, dynamisch, multikulti – so gibt sich die niederländische Metropole. Wir schippern durch den Hafen, flanieren auf dem Markt, dinieren bei TV-Chef Herman den Blijker, wohnen im New York.

TEXT: BARBARA KNAPP | FOTOS: GÜNTER TSCHERNITZ





ROTTER



DIE MAGIE VON
3 WUNDERVOLLEN ÖLEN IN
EINER HAARPFLEGESERIE.

NEU

FRUCTIS
OIL REPAIR 3



الرمان الكسكي Granatapfel-Couscous

4 Portionen, Zubereitung ca. 20 Minuten

300 ml Wasser

20 g Butter

1 Pkg. Vanillezucker

1 EL brauner Zucker

**Schale von ½ Bio-Orange
(abgerieben)**

**Schale von ½ Bio-Zitrone
(abgerieben)**

200 g Couscous

3 EL Orangenblütenwasser

1 Granatapfel

300 ml Buttermilch

Salz, Zimt

1 Wasser, Butter, je $\frac{1}{2}$ TL Salz und Zimt, Vanillezucker, brauen Zucker, Orangen- und Zitronenschale aufkochen. Couscous nach und nach einrühren, vom Herd nehmen und zugedeckt ca. 5 Minuten quellen lassen. Orangenblütenwasser untermischen, Couscous abkühlen lassen.

2 Granatapfel mit einem scharfen Messer rundum einschneiden, aufbrechen, Kerne vorsichtig herauslösen und mit dem Couscous vermischen. Couscous in ein Schälchen (Inhalt ca. 250 ml) drücken, auf Teller stürzen und mit Buttermilch umgießen. Couscous eventuell mit frischer Minze garniert servieren.

Nährwert pro Portion

280 kcal; 9 g EW; 6 g Fett;
48 g KH; 4 BE; 12 mg Chol.

Gesund, weil ... Granatäpfel die Verdauung fördern, den Blutdruck und erhöhte Blutfette senken und gegen Prostatakrebs vorbeugen. Außerdem sollen sie Entzündungs-Prozesse in den Knorpeln mildern, die Leistungsfähigkeit des Gehirns erhalten und die Potenz steigern.

**SOFORTIGE VERWANDLUNG
VON TROCKENEM HAAR**

Shea-, Oliven- und Avocado-Öl kräftigen und reparieren das Haar bis in die Tiefe. Für strahlenden Glanz und ein wundervoll sinnliches Haargefühl.

Denk an Dich.
GARNIER



الحمص يخنة مع اللحم الصان Kichererbsen-Eintopf mit Lammfleisch-Bällchen

4 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden, zum Einweichen ca. 10 Stunden

100 g Kichererbsen (getrocknet)

Je 300 g Zwiebeln und Melanzani

1 roter Paprika

Je 200 g Karotten und Zucchini

400 g Paradeiser

5 Knoblauchzehen (geschält)

Je 1 TL Kreuzkümmel und Koriander (gemahlen)

5 Safranfäden, 1 Chili (in Ringe geschnitten)

500 ml Gemüsesuppe

8 Trockenfrüchte (Marillen, Zwetschken)

Lammfleisch-Bällchen:

2 Pimentkörner

¼ TL Fenchelsamen

4 Kardamom-Kapseln (Samen)

300 g Lamm-Faschiertes

1 Knoblauchzehne (gehackt)

10 g Petersilie (gehackt)

1 TL Ingwer (gehackt)

Salz, Zimt, Chili, Paprikapulver, Öl

1 Kichererbsen über Nacht einweichen. Abseihen und in 1 l Wasser ca. 1 Stunde kochen. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Melanzani, Paprika, Karotten und Zucchini putzen. Melanzani und Zucchini in 1 cm große Würfel, Paprika in grobe Stücke, Karotten in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Paradeiser kurz überkochen, Haut abziehen, Fruchtfleisch würfeln.

2 Rohr auf 70°C vorheizen. Für die Bällchen Gewürze trocken rösten, im Mörser zerstoßen. Faschiertes, Gewürzmischung, Knoblauch, Petersilie, Ingwer und ¼ TL Zimt verkneten, mit Salz und Chili abschmecken. Aus der Masse Bällchen formen, leicht flachdrücken, in 2 EL Öl knusprig braten und warm stellen.

3 Kichererbsen abseihen und abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch in 4 EL Öl anrösten. Kreuzkümmel, Koriander, Safran, Chili, 1 TL Paprika und ¼ TL Zimt

kurz mitrösten. Melanzani, Paprika und Karotten untermischen, 3 Minuten dünnen. Paradeiser, Kichererbsen und Suppe zugeben, 40 Minuten köcheln. Nach halber Garzeit Früchte zugeben. 5 Minuten vor Ende der Garzeit Zucchini untermischen, mit Salz abschmecken. Einen Schöpfer von der Garflüssigkeit herausnehmen, zu Eintopf und Fleischbällchen servieren. Dazu passt Toghrift (Fladenbrot).

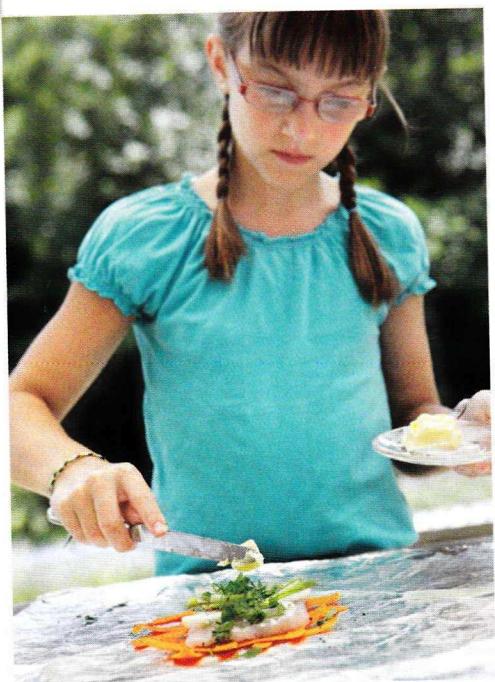
Nährwert pro Portion

496 kcal; 27 g EW; 21 g Fett;
48 g KH; 4 BE; 47 mg Chol.

Gesund, weil ... der Eintopf mit einer ausgewogenen Nährstoffmischung, gut verwertbarem Eiweiß und energieliefernden komplexen Kohlenhydraten versorgt.

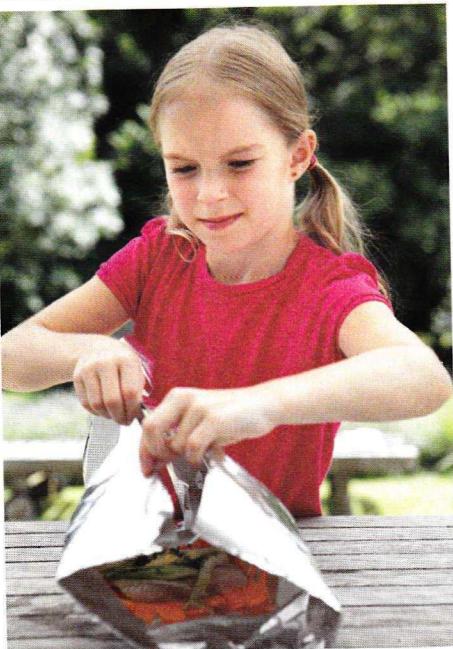


4. Fischfilets in 4 Portionen teilen, salzen, pfeffern, auf die Karotten legen und mit Zitronensaft beträufeln.



5. Jungzwiebeln, Petersilie und Butter auf die Fischfilets geben.

6. Alufolie zu Päckchen falten. Erdäpfel eventuell schälen und einzeln in Alufolie wickeln.



7. Erdäpfel auf der Glut verteilen, Fischpäckchen auf den Grill legen. Alles ca. 12 Minuten garen. Fisch und Erdäpfel auspacken. Guten Appetit!





Pfannenwalzer

Ein Multikulti-Ball der kulinarischen Art. Schauplatz dafür ist eine große Pfanne. Die heimischen Vertreter: Rind, Kalb, Huhn und Schwein. Für das Rahm(en)programm sorgen cremige Saucen, für die Mitternachtsbeilage Erdäpfel, Nudeln und Reis, für Leichtigkeit am Parkett viel Gemüse. Alles Walzer!

REZEPTE: MARTIN GERSTBAUER | FOTOS: ULRIKE KÖB



Schweinsmedaillons mit Currysauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten

500 g Schweinslungenbraten

300 g Brokkoli

4 Jungzwiebeln

150 g Steinpilze

4 EL Rapsöl

400 g Tagliatelle
(weiß und grün)

Currysauce:

500 ml Kokosmilch

10 g Kurkuma

20 g Curry

40 g Sweet-Chili-Garlic-Sauce (Asia-Shop)

4 EL Limettensaft

Salz, Pfeffer, Olivenöl

1 Fleisch bei Zimmertemperatur akklimatisieren lassen. Rohr auf

70°C vorheizen. Für die Currysauce Kokosmilch aufkochen, Kurkuma, Curry, Chili-Sauce, Limettensaft und 5 g Salz unterrühren. Sauce kurz köcheln, vom Herd nehmen und warm stellen.

2 Brokkoli in Röschen teilen. Jungzwiebeln und Pilze putzen und in ca. 0,5 cm breite Scheiben schneiden. Fleisch in ca. 1,5 cm dicke Medaillons schneiden, salzen, pfeffern und in der Hälfte vom Öl beidseitig braten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

3 Im Bratrückstand übriges Öl erhitzen, Brokkoli, Zwiebeln und Pilze darin scharf anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Hitze reduzieren, Gemüse ca. 5 Minuten braten.

4 Tagliatelle in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abtropfen lassen und mit 1 EL Olivenöl vermischen. Fleisch und Gemüse auf der Sauce anrichten, mit den Tagliatelle servieren.

Nährwert pro Portion

809 kcal; 39 g EW; 35 g Fett;
84 g KH; 7 BE; 88 mg Chol.

WEINTIPP

Ein vollmundiger, exotisch-fruchtiger und mineralischer Gelber Muskateller aus dem Weinbaugebiet Kremstal verträgt sich bestens mit der Würze dieses Gerichts.

TIPP Ist ein Asia-Shop zu weit entfernt, können Sie gewöhnliche Sweet Chili-Sauce aus dem Supermarkt mit etwas zerdrücktem Knoblauch verfeinern.

Hühnerfilet-Pfanne mit Pesto-Rahmsauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten



500 g Hühnerbrustfilets (mit Haut)

2 Schalotten

6 Knoblauchzehen (angedrückt)

10 g Thymian (abgezupft)

300 g bunte Paradeiser

Pesto-Rahmsauce:

1 kleine Zwiebel

30 g Butter

375 ml Milch

125 g Sauerrahm

10 g glattes Mehl

40 g Basilikumpesto

Spaghetti:

400 g Spaghettini (Nr. 3)

Salz, Pfeffer, Muskat, Olivenöl

1 Rohr auf 160°C vorheizen. Für die Sauce Zwiebel schälen, klein schneiden, in der Butter anschwitzen. Mit Milch ablöschen. Rahm mit Mehl vermischen, einrühren, Sauce 10 Minuten köcheln; dabei öfters umrühren. Pesto untermischen.

2 Hühnerfilets quer dritteln, salzen und pfeffern. Schalotten schälen und in Scheiben schneiden. Fleisch in 3 EL Öl rundum anbraten. Schalotten, Knoblauch und Thymian zugeben, Fleisch im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) 15 Minuten braten. Paradeiser vierteln, salzen und gegen Ende der Garzeit zu den Hühnerfilets geben.

3 Spaghettini bissfest kochen, abseihen und mit 1 EL Öl vermischen. Sauce mit Salz und Muskat würzen, mit dem Stabmixer aufschlagen. Fleisch auf den Spaghettini anrichten, Paradeiser darauf verteilen, mit der Sauce servieren.

Nährwert pro Portion

639 kcal; 46 g EW; 16 g Fett;

77 g KH; 6,5 BE; 101 mg Chol.

WEINTIPP

Dazu schmeckt ein kräftiger, holler-fruchtiger Roter Veltliner aus dem Weinbaugebiet Wagram.

TIPP Basilikumpesto einfach und rasch selbst gemacht: 10 g Pignoli ohne Fett rösten, mit 2 Knoblauchzehen, 40 g Basilikumblättern und 80 ml Olivenöl im Kutter pürieren. 30 g geriebenen Parmesan untermischen. In ein sterilisiertes Glas füllen und gut verschließen. So hält es im Kühlschrank einige Monate.



Rindfleisch-Pfanne mit Powidl-Ingwer-Sauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten

500 g Beiried

500 g Chinakohl

2 Paprika (rot und gelb)

20 g Speisestärke

4 EL Rapsöl

Sauce:

10 g Speisestärke

500 ml Rindsuppe

100 ml helle Sojasauce

20 g Powidl

10 g frischer Ingwer (geraspelt)

Salz, Pfeffer

WEINTIPP

Perfekt: ein Gewürztraminer
Große Lage aus der Südsteiermark oder aus Südtirol.

1 Fleisch bei Zimmertemperatur akklimatisieren lassen. Kohl längs vierteln und den Strunk ausschneiden. Kohl quer in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden. Paprika längs vierteln, Strunk und Kerne entfernen. Paprika quer in ca. 2 cm breite Spalten schneiden. Fleisch in ca. 2 cm große Würfel schneiden, salzen, pfeffern und mit der Stärke vermischen.

2 Für die Sauce Stärke mit 2 EL von der Suppe vermischen. Restliche Suppe mit Sojasauce, Powidl und Ingwer aufkochen. Stärke einrühren, Sauce kurz köcheln und vom Herd nehmen.

3 In einer großen Pfanne Öl erhitzen, Fleisch darin bei starker Hitze rundum goldbraun braten. Fleisch herausnehmen und beiseite stellen.

4 Im Bratrückstand Gemüse unter Rühren ca. 3 Minuten braten. Fleisch und die Hälfte der Sauce zugeben, kurz aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fleischpfanne anrichten, mit Sesamreis servieren. Restliche Sauce dazu reichen.

Nährwert pro Portion

413 kcal; 31 g EW; 22 g Fett;
22 g KH; 1,8 BE; 71 mg Chol.

SESAMREIS

4 Portionen,
Zubereitung ca. 20 Minuten

300 g Basmatireis

450 ml Wasser

1 EL Salz

50 g Sesam

Reis in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. Mit Wasser und Salz aufkochen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln. Sesam in einer trockenen Pfanne langsam goldgelb rösten. Sesam unter den gekochten Reis mischen.

Nährwert pro Portion

355 kcal; 8 g EW; 7 g Fett;
60 g KH; 5 BE; 0 mg Chol.



WEINTIPP

Dazu schmeckt eine trockene Cuvée aus Weiß- und Grauburgunder mit Anklängen von Stachelbeere, Zitrone und Nüssen aus dem Weinbaugebiet Neusiedler See.



Kalbsgeschnetzeltes mit Zitronen-Kapern-Sauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

500 g Kalbs-Fricandeau

2 Karotten

1 Zucchini

1 Zwiebel

3 EL Rapsöl

125 ml Weißwein

250 ml Rindsuppe

250 g Sauerrahm

10 g glattes Mehl

4 EL Zitronensaft

**Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)**

**100 g Kapernbeeren
(ohne Stiel)**

Salz, Pfeffer

1 Fleisch längs in 4 cm breite Streifen, dann quer in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Fleisch salzen und pfeffern. Karotten und Zucchini putzen. Karotten schälen und quer in dünne Scheiben schneiden. Zucchini längs halbieren und quer in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und klein würfeln.

2 In einer Pfanne Öl erhitzen, Fleisch darin rundum scharf anbraten. Karotten unter Rühren ca. 2 Minuten mitbraten. Zucchini untermischen. Nach 2 Minuten Zwiebel zugeben und nochmals 2 Minuten braten. Mit Wein aufgießen, Flüssigkeit zur Gänze einkochen. Suppe zugießen, Geschnetzeltes ca. 10 Minuten köcheln.

3 Rahm mit Mehl verquirlen und mit ein wenig von der Sauce verrühren. Mischung in die Pfanne gießen, mit der übrigen Sauce vermischen und kurz köcheln. Geschnetzeltes mit Zitronensaft und -schale verfeinern. Kapern untermischen. Geschnetzeltes mit den Erdäpfeln anrichten, evtl. mit Petersilie garniert servieren.

Nährwert pro Portion

401 kcal; 32 g EW; 20 g Fett;
17 g KH; 1,4 BE; 109 mg Chol.

BRATERDÄPFEL

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Min.

500 g Baby-Erdäpfel

1 Bio-Zitrone, 1 EL Olivenöl

20 g Butter

Salz

Erdäpfel waschen und in Salzwasser kochen. Absiehen, schälen und auskühlen lassen. Zitrone in dünne Scheiben schneiden. Erdäpfel halbieren und im Öl rundum goldbraun braten. Zitrone und Butter untermischen und kurz mitbraten.

Nährwert pro Portion

142 kcal; 2 g EW; 7 g Fett;
17 g KH; 1,4 BE; 11 mg Chol.

Uncle Ben's

“Schnelle und gute Reisrezepte gesucht”



Jetzt Reisrezept einreichen und gewinnen!

33 x



www.unclebens.at

LE CREUSET

Beginn mit Ben™



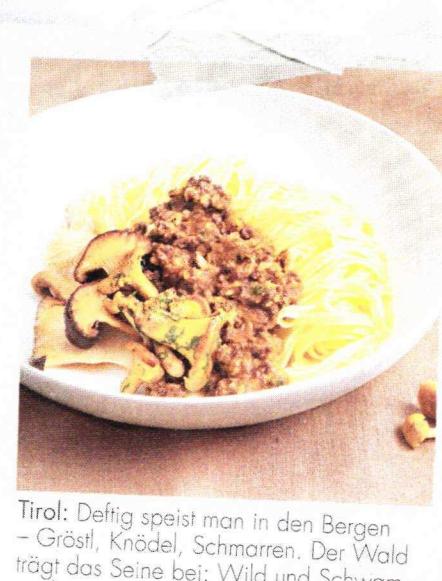
Heimatküche

Die österreichische Küche ist vor allem eine regionale. Manche Gerichte sind so einzigartig, dass sie geradezu ein schmeck- und riechbares Herkunftssiegel tragen – Kässpätzle, Mostpudding, Reindling, Klachelsuppe. Bei unserer Tour durch die Kochtöpfe der Bundesländer haben wir aus regionalen Produkten neue, einfache, köstliche Gerichte entwickelt. Vielleicht schon die Klassiker von morgen.

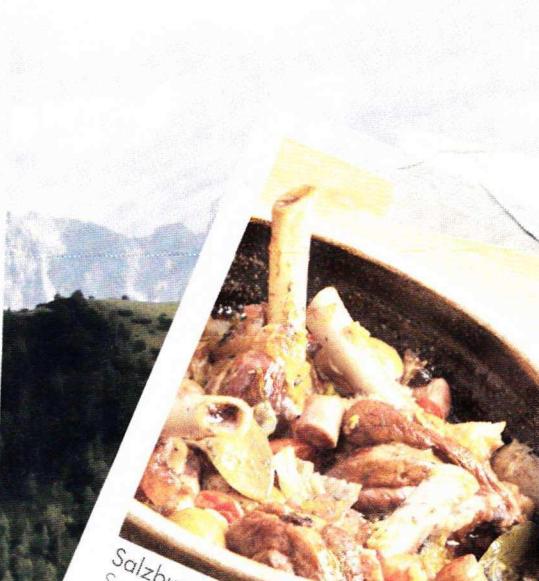
REZEPTE: RONALD ZOBEL | FOTOS: EISENHUT & MAYER



Vorarlberg: Das Ländle ist das Käseland par excellence. Rässkäse, Alpkäse und natürlich der herrlich würzige Bergkäse haben hier ihre Heimat.



Tirol: Deftig speist man in den Bergen – Größl, Knödel, Schmarren. Der Wald trägt das Seine bei: Wild und Schwammerln, auch am Teller ein feines Paar.



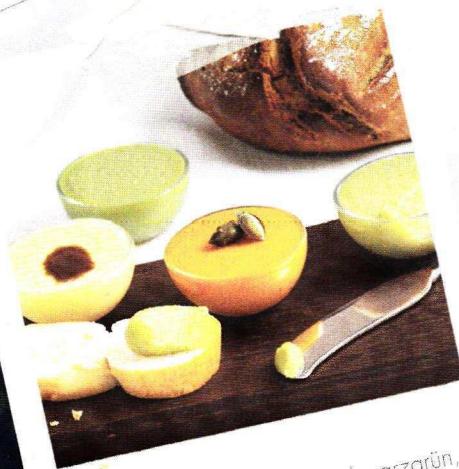
Salzburg: Viele Lämmer verbringen den Sommer auf den Almen des Salzburger Landes, im Herbst geht's zurück ins Tal. Dann ist es Zeit für zarten Lammbraten.



Oberösterreich: Wer keinen Knödel isst, hat den ganzen Tag Hunger, heißt es im Land ob der Enns, wo der Sattmacher die kulinarische Identität trägt.



Niederösterreich: Jäger und Landwirte stöhnen über des immensen Populationszuwachses bei den Wildschweinen. Wir freuen uns über ein deftiges Brat!!



Steiermark: Steirerblut ist schwarzgrün, riecht nussig, und ein Leben ohne wäre sinnlos. Kein anderes Produkt ist so regional verwurzelt wie Kürbiskernöl.



Wien: In der grünsten Bundeshauptstadt Europas werden jährlich 50.000 Tonnen Gemüse produziert, das deckt mehr als die Hälfte des Bedarfes der Stadt.



Kärnten: Die Polenta ist in Kärnten Grundnahrungsmittel, das als Schmarrn sogar gefrühstückt wird. Eine Besonderheit ist der weiße Mais aus dem Gaital.



Burgenland: Der Neusiedler See beheimatet eine große Fischvielfalt. Neben Hecht, Karpfen und Wels ist der Zander der begehrteste unter den rund 30 Arten.



WEINTIPP

Kirschfruchtige, tanninkräftige
Zweigelt Reserve aus dem Kamptal
begleitet den würzigen Braten.

Wildschweinbraten mit Haselnuss-Erdäpfelpüree Niederösterreich

4 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden, zum Marinieren ca. 10 Stunden

1,5 kg Wildschweinschopf
(ausgelöst)

2 EL Wildgewürz (gemahlen)

10 Wacholderbeeren
(zerdrückt)

3 Zwiebeln

4 Knoblauchzehen

20 g Schweineschmalz

500 g Wildschweinknochen
(gehackt)

250 ml Rotwein (Zweigelt)

500 ml Wasser

Pfefferbirnen:

2 Birnen

20 g Butter

1 EL grüne Pfefferkörner
(getrocknet, zerstoßen)

Salz, Pfeffer,
Kümmel (gemahlen)

1 Fleisch mit Wildgewürz, Wacholder, Pfeffer und Kümmel einreiben, zugedeckt über Nacht kühl stellen.

2 Rohr auf 180°C vorheizen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und in grobe Stücke schneiden. In einem Bräter Schmalz erhitzen. Fleisch salzen, im Schmalz rundum anbraten und herausnehmen. Knochen, Zwiebeln und Knoblauch im Bräter verteilen, Fleisch daraufsetzen, mit Wein und Wasser untergießen. Fleisch im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) braten, bis es weich ist (ca. 90 Minuten); dabei immer wieder mit Saft übergießen. Fleisch nach 30 Minuten wenden.

3 Birnen in Spalten schneiden, Kerngehäuse entfernen. Butter erhitzen, Birnen und Pfefferkörner darin kurz schwenken und salzen.

4 Fleisch aus dem Rohr nehmen, Bratensaft abseihen und abschmecken. Fleisch portionieren, mit den Beilagen servieren, Bratensaft dazu reichen.

Nährwert pro Portion

798 kcal; 75 g EW; 45 g Fett;
16 g KH; 1,3 BE; 252 mg Chol.

HASELNUSS- ERDÄPFELPÜREE

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

750 g mehlige Erdäpfel

125 ml Milch

20 g Haselnüsse (geröstet, gehackt)

1 EL Haselnussöl

Salz, Pfeffer, Muskat

Erdäpfel schälen und in Salzwasser weich kochen. Abseihen, kurz ausdampfen lassen, durch eine Erdäpfelpresse drücken. Milch mit Salz, Pfeffer und Muskat aufkochen, mit den Erdäpfeln cremig rühren. Püree anrichten, mit Haselnüssen bestreut und mit Haselnussöl beträufelt servieren.

Nährwert pro Portion

210 kcal; 5 g EW; 8 g Fett;
27 g KH; 2,3 BE; 3 mg Chol.

Erdäpfel-Käse-Knödel auf Blaukraut Oberösterreich

6 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden, zum Marinieren ca. 2 Stunden

Erdäpfelknödel:

900 g mehlige Erdäpfel

200 g Cottage Cheese

150 g Weizengrieß

150 g glattes Mehl

1 Dotter

Blaukraut:

1,5 kg Blaukraut

500 ml Rotwein

500 ml Kirschensaft

125 ml Apfelessig

3 EL Kristallzucker

4 Gewürznelken

1 Zwiebel

100 g Butter

3 EL glattes Mehl

500 ml Gemüsesuppe

2 säuerliche Äpfel

Salz, Pfeffer, Kümmel

1 Blaukraut putzen, Strunk ausschneiden, Kraut in Streifen schneiden. In eine Schüssel geben, mit Rotwein, Kirschensaft, Essig, Zucker, Nelken, Salz, Pfeffer sowie Kümmel vermischen und ca. 2 Stunden ziehen lassen.

2 Erdäpfel schälen, vierteln und in Salzwasser weich kochen. Abseihen und passieren. Erdäpfel mit Käse, Grieß, Mehl, Dotter und 1 Prise Salz zu einem festen Teig kneten, daraus 12 Knödel formen und mit Frischhaltefolie zudecken.

3 Zwiebel schälen und klein schneiden, in der Butter glasig anschwitzen. Mehl einrühren, kurz rösten und mit einem Teil der Marinade ablöschen. Kraut, übrige Marinade und Suppe zugeben und bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde dünsten.

4 Reichlich leicht gesalzenes Wasser aufkochen, Knödel einlegen und aufkochen. Hitze reduzieren, Knödel zugedeckt ca. 10 Minuten ziehen lassen.

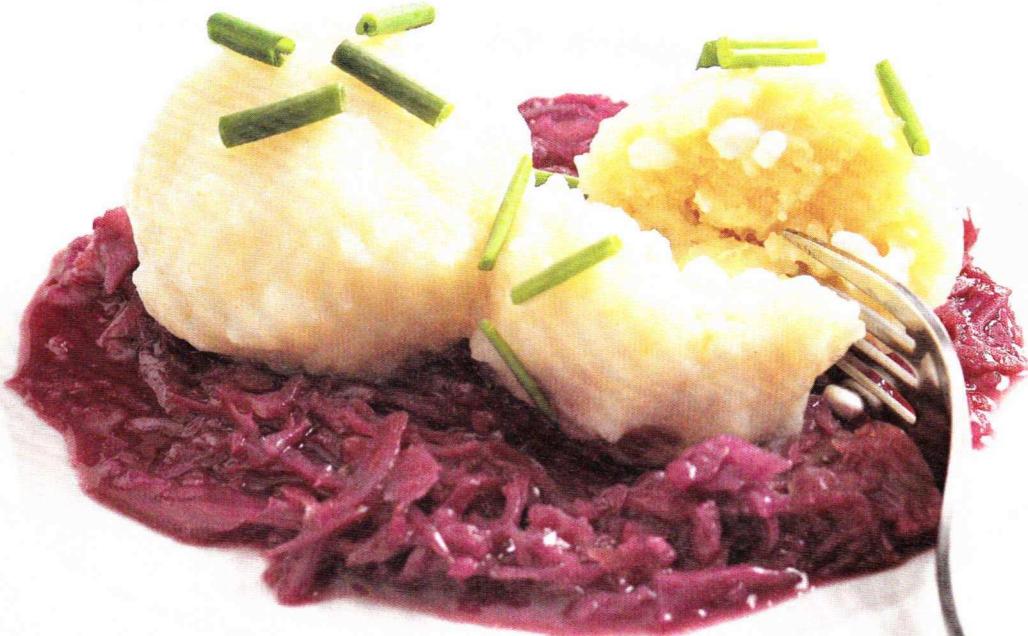
5 Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen, Äpfel in das Kraut reiben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kraut und Knödel anrichten.

Nährwert pro Portion

662 kcal; 17 g EW; 19 g Fett;
91 g KH; 7,6 BE; 83 mg Chol.

WEINTIPP

Der passende Wein dazu kommt aus der Thermenregion: jugendliche Zierfandler Reserve mit Aromen von Wiesenkräutern, Zitrone und Orange.



Geschmorte Lammstelzen Salzburg

6 Portionen, Zubereitung ca. 2 Stunden

4 Lammstelzen (je ca. 300 g)

5 Knoblauchzehen

1 kg Kohl

300 g speckige Erdäpfel

2 rote Paprika

2 rote Zwiebeln

200 g Bratwurst

150 g geräucherter Bauchspeck

80 g Kirschparadeiser

2 Lorbeerblätter

600 ml dunkles Bier

Salz, Pfeffer, Thymian,
Kümmel, Öl

1 Rohr auf 180°C vorheizen. Stelzen mit Salz und Pfeffer würzen. In einem Bräter 2 EL Öl erhitzen, Stelzen darin rundum anbraten. Herausnehmen und mit zerdrücktem Knoblauch einreiben.

2 Kohl putzen, Strunk ausschneiden. Blätter in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Erdäpfel halbieren. Paprika putzen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Bratwurst in ca. 2 cm dicke Scheiben, Speck in ca. 1 cm breite Streifen schneiden.

3 Kohl, Erdäpfel, Paprika, Zwiebeln, Wurst, Speck und Paradeiser in einen Schmortopf geben, mit Thymian, Kümmel und Lorbeerblättern vermischen. Stelzen in den Topf setzen, mit Bier übergießen, zudecken und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 90 Minuten schmoren; das Fleisch soll so weich sein, dass es sich leicht vom Knochen löst. 20 Minuten vor Ende der Garzeit Deckel entfernen, damit das Fleisch Farbe bekommt.

Nährwert pro Portion

760 kcal; 54 g EW; 49 g Fett;
20 g KH; 1,7 BE; 172 mg Chol.



WEINTIPP

Voluminöser, pfeffriger Syrah aus dem Burgenland ist mit seinen Johannisbeeraromen ein feiner Begleiter zum Lamm.

Gratinierte Käsebrötchen Vorarlberg

4 Portionen, Zubereitung ca. 20 Minuten

Je 4 Scheiben Schwarzbrot und Pumpernickel (halbier)

8 Scheiben Baguette

2 Äpfel

2 Birnen

2 kleine rote Zwiebeln

100 g Blauschimmelkäse

100 g Bergkäse

100 g Camembert

Garnitur:

4 EL Walnüsse

Je 8 blaue und weiße Weintrauben (halbier)

1 TL Rosa Beeren

1 Rohr auf 200°C Oberhitze vorheizen. Brote toasten und auf ein Backblech legen.

2 Äpfel und Birnen halbieren, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Äpfel, Birnen und Zwiebeln auf die Brotscheiben legen.

3 Käse in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden und auf den Broten verteilen. Brote im Rohr (obere Schiene) ca. 4 Minuten überbacken. Camembert-Brote mit Nüssen, Bergkäse-Brote mit Rosa Beeren und Blauschimmelkäse-Brote mit Weintrauben garnieren und warm servieren.



WEINTIPP

Zu diesem simplen Gericht passt ein unkomplizierter trockener Welschriesling aus dem Weinviertel. Er punktet mit seinen frischen Zitrus- und Apfeleromen.

Nährwert pro Portion

609 kcal; 27 g EW; 29 g Fett;

60 g KH; 5 BE; 55 mg Chol.





Nudeln mit Hirschsugo und Waldpilzen Tirol

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

400 g Bandnuodeln

Hirschsugo:

600 g Hirschschlögel

200 g Zwiebeln

150 g Karotten

200 g Knollensellerie

3 Knoblauchzehen

4 EL Paradeismark

4 EL Wildgewürz

500 ml Rotwein

3 EL Rotweinessig

30 g Petersilie (gehackt)

Pilze:

300 g Steinpilze

200 g Eierschwammerln

Salz, Pfeffer, Öl

1 Für den Sugo Fleisch faschieren oder mit dem Messer sehr klein schneiden. Zwiebeln, Karotten und Sellerie schälen und klein würfelig schneiden. Knoblauch schälen.

2 Faschiertes in 2 EL Öl scharf anbraten, Zwiebeln und Gemüse zugeben und anrösten. Paradeismark und Wildgewürz einrühren und ca. 2 Minuten rösten. Mit Wein und Essig ablöschen und zudecken. Sugo ca. 40 Minuten köcheln; bei Bedarf wenig Wasser zugießen. Sugo mit zerdrücktem Knoblauch, Salz und Pfeffer würzen, Petersilie untermischen.

3 Pilze putzen und dickblättrig schneiden. 1 EL Öl erhitzen, Pilze darin scharf anbraten, salzen und pfeffern.

4 Nudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abseihen und gut abtropfen lassen. Mit dem Sugo und den Pilzen anrichten.

Nährwert pro Portion
754 kcal; 52 g EW; 15 g Fett;
83 g KH; 6,9 BE; 184 mg Chol.

WEINTIPP

Freude bereitet eine samtige, vollmundige Cuvée aus Cabernet und Merlot aus dem Mittelburgenland. Sie überzeugt mit Anklängen von Zwetschke, Johannisbeere, Kräutern und dunkler Schokolade.



Polenta-Schmarren mit Kletzenragout Kärnten

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten, zum Ziehenlassen ca. 4 Stunden

250 g feiner Maisgrieß

1 l Milch

1 TL Vanillezucker

Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)

50 g Butter

60 g Kristallzucker

Kletzenragout:

200 g Kletzen

100 g Gelierzucker 2:1

250 ml Wasser

50 g Vogelbeeren

50 g Preiselbeeren

40 ml Birnenschnaps

Salz, Staubzucker

1 Für das Ragout Kletzen in 2 cm große Würfel schneiden, mit Gelierzucker und Wasser vermischen und ca. 10 Minuten köcheln. Vom Herd nehmen und ca. 4 Stunden ziehen lassen.

2 Für den Schmarren Grieß mit Milch, 1 Prise Salz, Vanillezucker und Zitronenschale aufkochen und unter Rühren ca. 10 Minuten dick einkochen. Polenta vom Herd nehmen, ca. 2 Stunden ziehen und auskühlen lassen.

3 Beeren verlesen und mit dem Birnenschnaps unter das Kletzenragout mischen.

4 In einer großen Pfanne Butter und Zucker erhitzen. Polenta mit einem Kochlöffel zerteilen und im Butter-Zucker-Gemisch knusprig braten. Schmarren mit Staubzucker bestreuen und mit dem Kletzenragout servieren.

WEINTIPP

Halbtrockener, muskatiger Schaumwein aus dem Burgenland erfrischt zu diesem herzhaften Schmarren.

Nährwert pro Portion

754 kcal; 16 g EW; 21 g Fett;
121 g KH; 11,4 BE; 50 mg Chol.

Zander mit Safranbohnen Burgenland

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Einweichen ca. 10 Stunden

1 kg Zanderfilets
(geschuppt)

12 Sardellenfilets

3 EL Öl

2 Knoblauchzehen
(angedrückt)

4 Thymianzweige

Safranbohnen:

250 g weiße Bohnen

1 l Gemüsesuppe

1 Briefchen Safran

40 g Butter

Salz, Pfeffer

1 Bohnen über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Bohnen in frischem Wasser aufkochen, abseihen und mit kaltem Wasser abspülen.

Suppe mit Safran aufkochen, Bohnen darin weich kochen (dauert je nach Frische der Bohnen 30–60 Minuten). Bohnen salzen, Butter untermischen.

2 Zanderfilets entgräten und in 4 Portionen teilen. Auf der Hautseite 3 Mal ca. 0,5 cm tief und ca. 5 cm lang einschneiden. Einschnitte mit Sardellenfilets füllen, Zanderfilets beidseitig mit wenig Salz und Pfeffer würzen.

3 In einer großen Pfanne Öl erhitzen. Filets darin auf der Hautseite knusprig braten (sie sollen innen noch glasig sein); gegen Ende der Garzeit Knoblauch und Thymian zugeben. Zanderfilets auf den Safranbohnen anrichten.

Nährwert pro Portion

573 kcal; 65 g EW; 23 g Fett;
27 g KH; 2,2 BE; 199 mg Chol.



WEINTIPP

Zitrusfruchtiger gereifter Chardonnay aus der Region Neusiedlersee ist der perfekte Partner für den edlen Zander.

TIPP Wenn der Fisch ganz frisch ist, zieht sich die Haut beim Braten stark zusammen. Damit die Filets trotzdem eine schöne Kruste bekommen, beschwert man sie während des Bratens.



ÖSTERREICHISCH GENIESSEN

Alle, die der guten alten Zeit nachtrauern als Österreich eine Großmacht war, mögen sich trösten: Die Ländereien sind zwar futsch, an ihrem kulinarischen Input erfreuen wir uns noch heute. Ein Großteil unserer Lieblingsspeisen sind „Zugroaste“ aus aller Welt: Gulasch und Paprikahendl aus Ungarn, Reisfleisch vom Balkan, Strudel aus dem Vorderen Orient. Die Flut an böhmischen Mehlspeisen, ob Buchteln, Gugelhupf oder Germknödel, wird garantiert nicht mehr restituiert. Im Gegenteil, das köstliche Erbe der Kronländer ist für alle Ewigkeit Unser.

Das Wiener Schnitzel wurde angeblich der Mailänder Küche entlehnt. Mag sein, wenn die Kopie besser ist als das Original, spricht das immerhin dafür. Die knusprige goldbraune Panier war bei heimischen Köchinnen gut aufgehoben. Zumal sie weiterdachten, nicht nur Fleisch, sondern auch Fisch, Gemüse und Früchte in die fesche Bröselhülle steckten. Verhüllen und Verbergen ist auch die Taktik bei Knödel und Strudel. Darin sind wir gut, da macht uns keiner was vor. Unter den Mondseer Pfahlbauten wurden über 3000 Jahre alte Teigreste gefunden – ist also Oberösterreich die Wiege des Knödels? Oder doch Tirol, wo für den originalen Speckknödel an der Faust Maß genommen wird. Hinter dem Arlberg findet man die runde Welt-

anschauung nur noch selten, da regieren Knöpfle, Spätzle und Riebl. Groß sind im Lände nur die Käselaibe.

So verschieden die regionalen Kochtraditionen und Essgewohnheiten auch sind, Suppe wird überall gerne gelöffelt. Von der herrschaftlichen Bouillon bis zur bürgerlichen Rahmsuppe hat die österreichische Küche mit einer konkurrenzlosen Vielfalt aufzuwarten – und fast alles ist selbst erfunden! In den Alpenländern sind Suppen dick wie Brei und gehaltvoll wie eine Hauptspeise, früher aß man sie zum Frühstück, mittags und abends. Fleisch kam nur sonntags auf den Tisch, dann aber als ordentlicher Braten. Kuchen und Torten waren feierlichen Anlässen vorbehalten. Da sparte man nicht, packte nur die besten Zutaten hinein: reichlich Eier, Butter, Zucker, Nüsse. Was nicht heißt, dass im Alltag auf Süßes verzichtet wurde, über alle Regionen wölbt sich seit jeher der sprichwörtliche Mehlspeishimmel. Schmarren, Aufläufe und Strudel sind allseits geschätzte Veredelungsformen von Obst, womit wir wieder beim Verstecken wären.



Käse mit dem AMA-Gütesiegel. Krönender Genuss.



Jetzt gewinnen: www.milchkrone.at

Ausgezeichneten Käse müssen Sie nicht lange suchen.

Denn man findet ihn ganz leicht mit einem Blick auf das AMA-Gütesiegel.

Käse mit dem AMA-Gütesiegel muss bis zum Ende der Haltbarkeit Top-Qualität aufweisen. Das AMA-Gütesiegel als höchste Auszeichnung für unsere Lebensmittel wird nur verliehen, wenn Qualität und Herkunft mehrfach kontrolliert wurden. Und spätestens dann zeigt sich wieder: Richtig Gutes liegt so nah.

Finden Sie jetzt drei Milchprodukte mit dem AMA-Gütesiegel und gewinnen Sie eine von 20 roten oder weißen Vespas!



FINANZIERT MIT FÖRDERMITTELN DER EUROPÄISCHEN UNION
UND MITTELN DER AGRARMARKT AUSTRIA MARKETING GESMBH



Sicher ist sicher!

Das AMA-Gütesiegel garantiert:

- ✓ Ausgezeichnete QUALITÄT
- ✓ Nachvollziehbare HERKUNFT
- ✓ Unabhängige KONTROLLE

Vegetarisches Reisfleisch Wien

6 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten

360 g Rundkornreis

1 kg Paradeiser

700 g rote Paprika

250 g Zwiebeln

50 ml Sonnenblumenöl

2 TL Kristallzucker

2 TL Paprikapulver edelsüß

2 Lorbeerblätter

800 ml Gemüsesuppe

1 Knoblauchzehe

**Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)**

2 TL Petersilie (gehackt)

Salz, Pfeffer, Kümmel (gemahlen)

1 Reis in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Von den Paradeisern den Strunk ausschneiden, Fruchtfleisch in Stücke schneiden. Paprika putzen und in Streifen schneiden, Zwiebeln schälen und klein schneiden.

2 Zwiebeln im Öl hell anbraten, Paprika zugeben und ca. 5 Minuten dünsten. Paradeiser, Zucker, Paprikapulver und Lorbeerblätter zugeben, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, mit der Hälfte der Gemüsesuppe aufgießen und ca. 5 Minuten köcheln.

3 Reis und restliche Gemüsesuppe zugeben, Reis weich dünsten (ca. 18 Minuten); dabei immer wieder umrühren. Reisfleisch mit zerdrücktem Knoblauch, Salz und Pfeffer abschmecken, mit Zitronenschale und Petersilie garnieren.



WEINTIPP

Fruchtiger, würziger Grüner Veltliner vom Nussberg ist der adäquate Partner zu diesem Gericht.

Nährwert pro Portion

388 kcal; 8 g EW; 12 g Fett;
61 g KH; 5,1 BE; 0 mg Chol.





Kürbisbutter Steiermark

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten, zum Kühlen ca. 2 Stunden

300 g Spaghetti-Kürbis
(geschält, entkernt)

80 g Butter

50 g Kristallzucker

2 EL Kürbiskernöl

1 MS Chili (geschrotet)

50 g Kürbiskerne
(geröstet, leicht gesalzen)

1 Kürbis in 2 cm große Würfel schneiden, mit Butter und Zucker in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze weich dünsten.

2 Kürbis in ein hohes Gefäß füllen, mit dem Stabmixer unter Zugabe von Kürbiskernöl und Chili zu einer feinen Creme mixen. Kürbisbutter für mindestens 2 Stunden kühlen stellen.

3 Kürbisbutter auf Brot oder Butterstriezel streichen, mit Kürbiskernen garnieren.

Nährwert pro Portion
332 kcal; 5 g EW; 28 g Fett;
16 g KH; 1,4 BE; 44 mg Chol.

TIPP Je nach verwendetem Kürbis variiert die Farbe der Butter. Weiß wird sie mit Spaghetti-, orange mit Hokkaido-Kürbis. Das Kernöl färbt die Butter grün, weiß bleibt sie mit Raps- oder anderem Pflanzenöl.

Dunkel,
körnig,
lieb ich!



MEGGLE

„Ich bin ein Gourmeeggle.“

Gefülltes Gemüse

Die Gemüse-Fangemeinde ist merklich gewachsen, und auch das Kapitel der gefüllten Gemüse hat ansehnliche Dimensionen angenommen. Hier finden Sie einen kleinen Auszug aus der Vielfalt, wie sich Gemüse und Füllen perfekt kombinieren lassen.

REZEPTE: FRANZ KARNER | FOTOS: DIETER BRASCH



Spitzpaprika mit Safranreis-Fülle

4 Portionen, Zubereitung ca. 70 Minuten

4 rote Spitzpaprika

6 EL Öl

Füllung:

60 g getrocknete Datteln

50 g getrocknete Marillen

300 ml Gemüsesuppe

150 g Basmatireis

1 Briefchen Safran

40 g Pistazien

Salz, Pfeffer,
Koriander, Kardamom

- 1 Für die Fülle Datteln und Marillen klein schneiden. Suppe aufkochen, Reis, Safran und je 2 Prisen Koriander und Kardamom zugeben. Reis aufkochen, salzen und bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten; am Ende der Garzeit muss die Flüssigkeit verdampft sein. Datteln, Marillen und Pistazien unter den Reis mischen.
- 2 Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufform mit 3 EL vom Öl ausstreichen. Paprika längs halbieren und putzen. Paprikahälften mit der Reismasse füllen, in die Form setzen und mit übrigem Öl beträufeln. Paprika ins Rohr (untere Schiene / Gitterrost) schieben und ca. 25 Minuten garen; gegen Ende der Garzeit mit Folie zudecken.

Nährwert pro Portion

434 kcal; 8 g EW; 21 g Fett;
52 g KH; 4,3 BE; 0 mg Chol.

 **WEINTIPP**

Zu diesem würzigen Gericht sollten Sie einen jugendlichen, trockenen Sauvignon blanc mit feinen Aromen von Stachelbeeren, Paprika und Zitrusfrüchten aus der Steiermark oder aus Südafrika servieren.

TIPP Damit die gefüllten Paprika im Rohr nicht umkippen, vor dem Füllen an den Unterseiten ein wenig abflachen.



Rote Zwiebeln mit Erdäpfel-Grammel-Fülle

4 Portionen, Zubereitung ca. 70 Minuten

8 mittlere rote Zwiebeln

4 EL Öl

Füll:

500 g mehlige Erdäpfel

80 g Grammeln

½ TL Kümmel

40 g Butter

1 EL Petersilie (gehackt)

Salz, Pfeffer

1 Zwiebeln schälen und in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Herausheben, abschrecken und abtropfen lassen. Kappen abschneiden, innere Schichten herausdrücken; es soll eine ca. 1 cm dicke Wand stehen bleiben. Innere Schichten klein schneiden.

2 Für die Füll Erdäpfel schälen, in Stücke schneiden und in Salzwasser weich kochen. Abseihen und abtropfen lassen. Grammeln hacken. Geschnittene Zwiebeln und Kümmel in der Hälfte von der Butter anschwitzen. Erdäpfel mit der Zwiebelmischung zerstampfen, Grammeln und Petersilie untermischen, salzen und pfeffern.

3 Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufform mit Öl ausstreichen. Zwiebeln mit der Mischung füllen und die Kappen daraufsetzen. Zwiebeln in die Form geben, mit der übrigen Butter belegen und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten braten.

Nährwert pro Portion

415 kcal; 8 g EW; 33 g Fett;
22 g KH; 1,8 BE; 10 mg Chol.

GETRÄNKETIPP

Zu diesem eher deftig anmutenden Gericht empfiehlt sich ein kühles Bier oder ein Glas fruchtiger Rivaner mit blumigen Anklängen aus dem Kampthal.

TIPP Man kann die Zwiebeln auch mit einem Kugelausstecher oder einem kleinen Löffel aushöhlen.

Fenchelschiffchen mit Polenta-Garnelen-Fülle

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

4 Fenchelknollen
(je ca. 200 g)

6 EL Olivenöl

Fülle:

2 Jungzwiebeln

250 g Cocktailgarnelen
(fertig)

200 ml Gemüsesuppe

100 ml Schlagobers

150 g Maisgrits

Salz, Pfeffer, Muskat

1 Fenchel putzen, eventuell schälen und in Salzwasser ca. 8 Minuten kochen. Herausheben, kalt absecken und abtropfen lassen. Fenchel längs halbieren, Strunk ausschneiden. Fenchelhälften aushöhlen, an der Unterseite flach schneiden, damit sie nicht umkippen. Fenchelabschnitte in kleine Würfel schneiden.

2 Für die Fülle Jungzwiebeln putzen und in 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Garnelen in kleine Stücke schneiden. Suppe, Obers und Fenchelwürfel aufkochen. Maisgrits einrieseln lassen und unter Rühren dickcremig einkochen. Masse vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Zwiebeln und Garnelen unterrühren. Fülle mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

3 Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufform mit 3 EL vom Öl ausstreichen. Fenchelschiffchen mit der Masse füllen, in die Form setzen und mit übrigem Öl beträufeln. Fenchel im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 25 Minuten backen.

Nährwert pro Portion
458 kcal; 17 g EW; 28 g Fett;
36 g KH; 3 BE; 97 mg Chol.



WEINTIPP

Jugendlicher, rassiger, steinobstbetonter Kremstal DAC Riesling Klassik zeigt Raffinesse und ist die ideale Begleitung zu diesem Gericht.

Zucchini mit Lamm-Kräuter-Fülle

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde



4 Zucchini (je ca. 200 g)

4 EL Öl

2 mittlere Paradeiser

200 g Cocktailparadeiser
(mit Rispe)

Füllre:

1 Zwiebel

50 g getrocknete Paradeiser

50 g schwarze Oliven

30 g Kapern

300 g Lammfaschiertes

40 g Semmelbrösel

1 mittleres Ei

1 EL Rosmarin (gehackt)

Salz, Pfeffer, Senf

1 Zucchini längs halbieren und die Hälften an den Unterseiten ein wenig abflachen. Zucchinihälften mit einem Kugelausstecher (Parisiense-Ausstecher) oder einem kleinen Löffel so aushöhlen, dass rundum ein ca. 0,5 cm dicker Rand stehen bleibt.

2 Für die Fülle Zwiebel schälen. Zwiebel und Paradeiser in kleine Stücke schneiden. Oliven entkernen und in Ringe schneiden. Kapern hacken. Faschiertes mit Bröseln, Ei, 1 TL Senf, Zwiebel, Paradeisern, Oliven, Kapern und Rosmarin vermischen, salzen und pfeffern.

3 Rohr auf 180°C vorheizen. Auflaufform mit 2 EL vom Öl ausstreichen. Von den Paradeisern den Strunk ausschneiden, Paradeiser in Scheiben schneiden. Zucchini, Paradeiserscheiben und Cocktailparadeiser in die Form legen, mit übrigem Öl beträufeln und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 25 Minuten backen.



WEINTIPP

Zu den gefüllten Zucchini sollten Sie ein Glas eleganten Sankt Laurent mit feinkörnigen Tanninen und Wechselgeschmack am Gaumen wählen. Bevorzugtes Weinbaugebiet: Thermenregion.

Nährwert pro Portion

308 kcal; 24 g EW; 16 g Fett;
17 g KH; 1,4 BE; 102 mg Chol.

Paprika

Man unterscheidet zwischen Gemüse- und Gewürzpaprika. Zu letzteren zählen auch alle Sorten von Chilis. Die Formenvielfalt ist groß, sie reicht von dünnchaligen, länglich-spitzen bis hin zu faustgroßen, walzenförmigen Exemplaren. In bester Qualität sind Paprika von Juli bis November zu haben. Sie sollen glänzend, knackig, festfleischig und nicht geplatzt sein. Paprika halten am längsten, wenn man sie in einem Frischhaltesackerl (eventuell ein paar Luftlöcher hineinstechen) im Gemüsefach des Kühlschranks aufbewahrt.

Zwiebel

Je nach Aussaat wird zwischen Winter- und Sommerzwiebel unterschieden. Dank ihrer Haltbarkeit bekommt man sie rund ums Jahr. Rote Zwiebeln schmecken mild-würzig bis süßlich und werden zumeist aus Italien importiert. Zwiebeln müssen prall und trocken sein, dürfen sich nicht weich anfühlen und keine grünen Spitzen haben. Am besten lagert man sie kühl und trocken.

Fenchel

Die Heimat der weißgrünen Knolle sind die Mittelmeerlande. Man unterscheidet zwischen Garten-, Gewürz- und Wildfenchel. Fenchel wird fast das ganze Jahr über angeboten. Die Knollen müssen fest, ohne braune Flecken und Druckstellen sein. Fenchel in mit Luft gefüllte Frischhaltesäckchen legen, verschließen und im Kühlschrank (Gemüsefach) aufbewahren.

Zucchini

Zucchini stammen ursprünglich aus Westindien und Mexiko. Heute baut man sie auch bei uns an. Sie sind meist dunkelgrün und weiß gestreift oder gefleckt. Ausgefallene Sorten sind weiß, cremefarben oder gelb. Heimische Zucchini kommen im Frühjahr aus dem Glashaus, von Juli bis Oktober vom Freiland. Zucchini können bis zu einer Woche im Kühlschrank (Gemüselade) aufbewahrt werden.



Foto: iStockphoto.com

Chilinis

Chili-Mix



Frischgemüse

**Gemüsekultur
aus Österreich**



www.lgv.at

*simply the best
in 50 Minutes*

Aufwändiges Vorbereiten und Kochen bleibt vorwiegend festlichen Anlässen, Einladungen oder den Wochenenden vorbehalten.

Die Alltagsküche muss unkompliziert und schnell sein. Wir haben die passenden Rezepte dafür.

REZEPTE: W. SCHLÜTER
FOTOS: THERESA SCHREMS



Schweinsfilet mit Tarhonya

2 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten

1 Schweinsfilet
(ca. 300 g)

180 ml Bratensaft

Füllung:

½ kleine Zwiebel

1 kleine Knoblauchzehe

40 g Mozzarella (geraspelt)

1 EL Petersilie (gehackt)

20 g Semmelbrösel

Tarhonya:

½ kleine Zwiebel

100 g Tarhonya

125 ml Gemüsesuppe

80 ml Paradeissaft

1 kleiner Paradeiser

Salz, Pfeffer, Thymian, Öl, Butter

1 Für die Fülle Zwiebel und Knoblauch schälen, klein schneiden und in 1 TL Butter anschwitzen. Mischung abkühlen lassen und mit Mozzarella, Petersilie und Semmelbröseln vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

2 Rohr auf 180°C vorheizen. Auflaufform mit 3 EL Öl ausstreichen. Filet in Abständen von ca. 3 cm zwei Drittel tief einschneiden, salzen und pfeffern. Käsemasse in die Einschnitte füllen. Filet in die Form setzen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 25 Minuten braten.

3 Inzwischen für die Tarhonya Zwiebel schälen und klein schneiden. Zwiebel und Tarhonya in 1 TL Butter anschwitzen, Suppe und Paradeissaft zugießen. Tarhonya aufkochen und ca. 20 Minuten dünsten. Paradeiser klein schneiden und unterrühren.

4 Filet herausnehmen und warm stellen. Im Bratrückstand Bratensaft aufkochen und mit Thymian würzen. Filet aufschneiden, mit Sauce und Tarhonya anrichten.

Nährwert pro Portion

867 kcal; 39 g EW; 59 g Fett;
47 g KH; 4 BE; 178 mg Chol.



WEINTIPP

Die ideale Weinbegleitung ist ein jugendlicher, körperreicher Zweigelt mit fruchtigem Bouquet und zarten Weichselnoten.

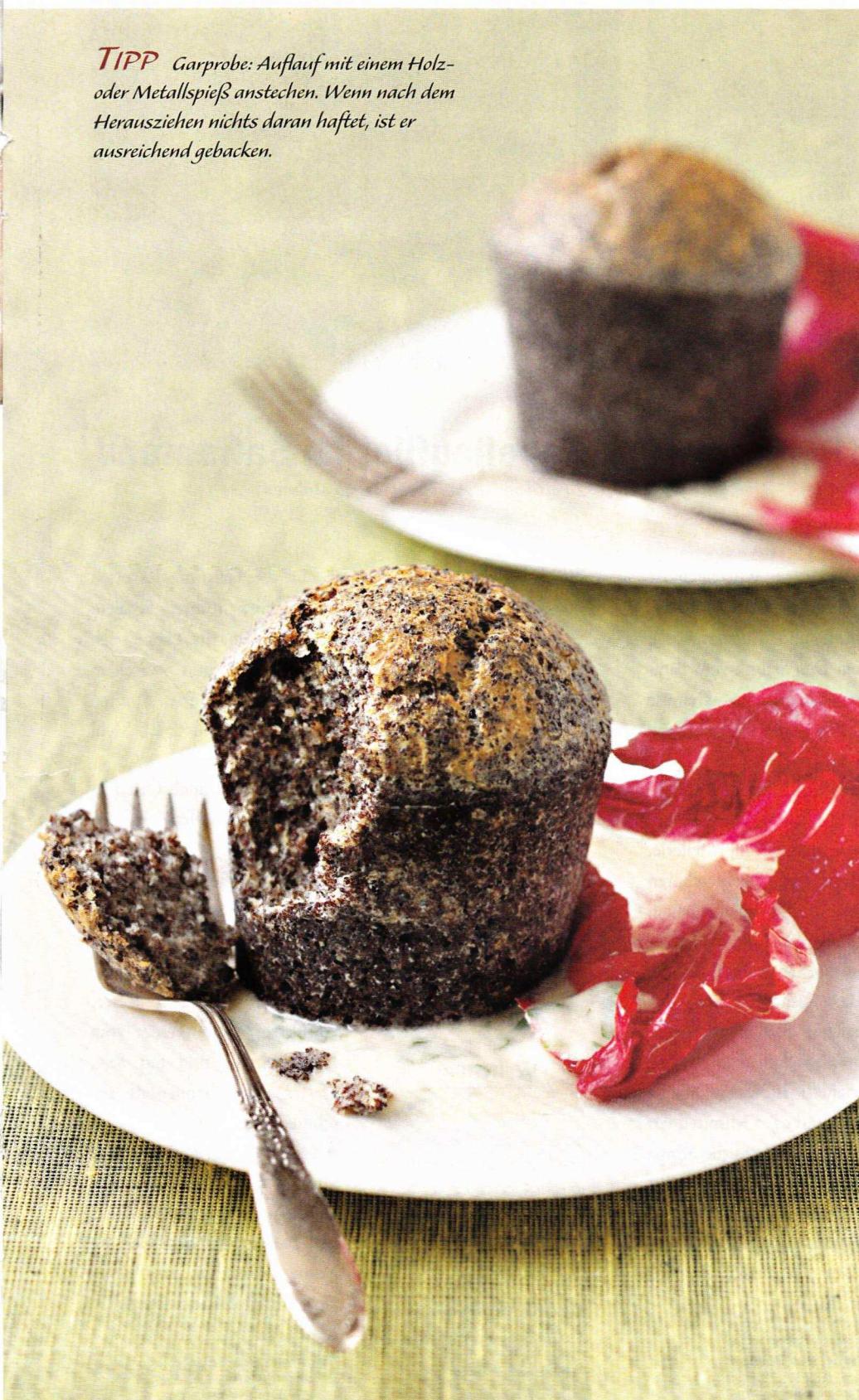
Y
S
A
I
U

COOKING

Käse-Mohnauflauf mit Apfelsauce

2 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

TIPP Garprobe: Auflauf mit einem Holz- oder Metallspieß anstechen. Wenn nach dem Herausziehen nichts daran haftet, ist er ausreichend gebacken.



3 mittlere Eier

60 g weiche Butter

60 g Bergkäse (gerieben)

60 g Topfen (20 % Fett)

30 g glattes Mehl

80 g Mohn (gemahlen)

Sauce:

200 g Apfelmus

125 ml Joghurt

1 EL Petersilie (gehackt)

Salz, Pfeffer, Butter, Mohn (gerieben)

1 Zwei Auflaufförmchen (Inhalt ca. 200 ml) mit Butter ausstreichen und mit Mohn ausstreuen.

2 Eier in Dotter und Klar trennen. Butter mit Salz und Pfeffer cremig rühren. Dotter nach und nach unterrühren, Käse und Topfen einrühren. Eiklar zu cremigem Schnee schlagen. Die Hälfte davon in die Käsesuppe rühren, übrigen Schnee, Mehl und Mohn unterheben.

3 Masse in die Förmchen füllen. Förmchen in eine Metallform mit dünnem Boden stellen und so viel kochendes Wasser zugießen, dass sie bis zur Hälfte im Wasserbad stehen. Aufläufe im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 35 Minuten garen.

4 Für die Sauce alle Zutaten verrühren, salzen und pfeffern.

5 Aufläufe aus den Förmchen stürzen und mit der Apfelsauce anrichten. Dazu passt Radicchiosalat.

Nährwert pro Portion

897 kcal; 37 g EW; 67 g Fett;
37 g KH; 3,1 BE; 430 mg Chol.



WEINTIPP

Ein apfelfruchtiger, trockener Welschriesling aus der Südsteiermark bereichert die Aromen dieser Speise.



Gemüsesuppe mit Parmesan

2 Portionen, Zubereitung ca. 35 Minuten

50 g Zwiebeln

200 g Wurzelgemüse
(Karotten und Gelbe Rüben)

40 g Stangensellerie

100 g Zucchini

30 g Zuckerschoten

1 Paradeiser

20 g Hamburger Speck

1 Knoblauchzehe (zerdrückt)

400 ml Gemüsesuppe

20 g Spaghetti

1 EL Basilikum (gehackt)

1 EL Parmesan (grob gehobelt)

Salz, Pfeffer, Majoran, Öl

WEINTIPP

Dazu sollten Sie einen Zierfandler aus der Thermenregion oder einen jungen Pinot grigio aus dem Friaul probieren.

TIPP Das Zerkleinern der Spaghetti gelingt am einfachsten, wenn man sie in ein Küchentuch einschlägt und über eine Tischkante zieht.

1 Zwiebeln, Wurzelgemüse und Stangensellerie schälen. Zucchini und Zuckerschoten putzen. Den Strunk vom Paradeiser ausschneiden. Gemüse in ca. 1 cm große Stücke, Speck klein schneiden.

2 Zwiebeln, Speck und Knoblauch in 2 EL Öl anschwitzen. Wurzelgemüse, Stangensellerie, Zucchini und Zuckerschoten zugeben und kurz mitrösten. Mischung mit Suppe ablöschen und aufkochen. Suppe köcheln, bis das Gemüse bissfest ist. Suppe mit Salz, Pfeffer und Majoran abschmecken.

3 Spaghetti in kleine Stücke brechen und ca. 5 Minuten vor Ende der Garzeit in die Suppe geben. Paradeiser und Basilikum untermischen.

4 Suppe anrichten und mit gehobeltem Parmesan bestreut servieren.

Nährwert pro Portion

303 kcal; 6 g EW; 23 g Fett; 19 g KH; 1,5 BE; 8 mg Chol.



Kabeljaufilet im Safranfond

2 Portionen, Zubereitung ca. 35 Minuten

300 g Kabeljaufilets

3 EL Olivenöl

Sauce:

180 ml Gemüsesuppe

1 Briefchen Safran

50 g Butter (gut gekühlt)

1 TL Zitronensaft

Garnitur:

100 g Karotten

100 g Gelbe Rüben

100 g Lauch

Salz, Pfeffer, Mehl,
Öl zum Backen

WEINTIPP

Dazu passt ein Chardonnay aus dem Neusiedlersee-Hügelland oder ein junger Chablis aus dem Burgund.

TIPP Für eine leichte Variante Gemüestreifen in Salzwasser bissfest kochen, Fischfilets im Safranfond gar ziehen lassen.

1 Für die Garnitur Karotten und Gelbe Rüben schälen. Lauch putzen, der Länge nach aufschneiden und waschen. Gemüse in dünne Streifen schneiden und mit 2 EL Mehl vermischen.

2 Ca. 3 Finger hoch Öl erhitzen, Gemüestreifen einlegen und goldbraun backen. Gemüestreifen herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3 Für die Sauce Gemüsesuppe mit Safran aufkochen. Butter einröhren, Safransauce vom Herd nehmen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

4 Fischfilets mit Mehl stauben und im Öl beidseitig braten. Safransauce anrichten, Filets einlegen und mit dem Gemüse garniert servieren. Als Beilage passen Erdäpfel oder Baguette.

Nährwert pro Portion

580 kcal; 29 g EW; 49 g Fett;
8 g KH; 0,6 BE; 107 mg Chol.



Waffeln mit Zitronencreme

2 Portionen (20 Waffelherzen), Zubereitung ca. 35 Minuten

1 mittleres Ei

100 ml Milch

70 g Crème fraîche

100 g glattes Mehl

4 EL Kristallzucker

Zitronencreme:

20 g Staubzucker

½ Pkg. Sahnesteif

60 g Crème fraîche

2 EL Zitronensaft

125 ml Schlagobers

Salz, Staubzucker

WEINTIPP

Dazu sollten Sie eine fruchtige Auslese Cuvée mit angenehmer Süße aus dem Weinbaugebiet Neusiedlersee probieren.

1 Für die Zitronencreme Staubzucker mit Sahnesteif versieben. Crème fraîche mit Zitronensaft und der Zuckermischung glatt rühren. Schlagobers halbfest schlagen und unter die Zitronencreme heben.

2 Für die Waffeln Ei in Dotter und Klar trennen. Milch mit Crème fraîche, Dotter und 1 Prise Salz glatt rühren. Mehl nach und nach unterrühren.

3 Waffeleisen vorheizen. Eiklar mit Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen und unter den Teig heben. Waffeln backen und etwas abkühlen lassen. Jeweils 2 Waffelherzen mit Zitronencreme zusammensetzen und mit Staubzucker bestreut servieren. Dazu passt Marillenkompott.

Nährwert pro Portion

807 kcal; 13 g EW; 42 g Fett; 93 g KH; 7,8 BE; 222 mg Chol.



Schinken-Feigen mit Minze

2 Portionen, Zubereitung ca. 20 Minuten

6 frische Feigen (gut reif)

6 Scheiben Rohschinken (dünn geschnitten)

Minzesauce und Garnitur:

150 g Crème fraîche

4 EL Milch

1 TL Zitronensaft

20 g Minze (gehackt)

50 g Grüner Salat

1 EL weißer Balsamico

2 EL Olivenöl

Salz, Pfeffer

WEINTIPP

Dazu passt ein junger, blütenduftiger, mineralischer Grüner Veltliner Steinfeder aus der Wachau.

TIPP Eine besondere geschmackliche Note erhält die Sauce, wenn man sie mit 1 TL Honig verfeinert.

1 Für die Minzesauce Crème fraîche mit Milch und Zitronensaft gut verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Minze unterrühren.

2 Für die Garnitur Salat putzen, zerflücken und waschen. Balsamico salzen, pfeffern, Öl nach und nach einrühren. Salat damit marinieren und auf den Tellern verteilen.

3 Feigen längs halbieren und mit den Schnittflächen nach oben auf den Salatblättern anrichten. Schinkenscheiben zu Röllchen drehen. Jeweils 1 Schinkenröllchen auf die Feigenhälften setzen, mit Minzesauce überziehen und pfeffern. Dazu passt Toast oder Baguette.

Nährwert pro Portion

430 kcal; 11 g EW; 32 g Fett; 23 g KH; 2 BE; 87 mg Chol.

Schwammerl



strudel

Strudelteig, kulinarischer Import aus dem Vorderen Orient, ist ein echter Österreicher geworden. Knusprig gebacken, mit einer süßen oder pikanten Fülle serviert, zählt der Strudel zu den beliebtesten heimischen Speisen. Wir präsentieren Ihnen diesmal eine Variante mit Erdäpfeln und feinen Schwammerln.

REZEPT: WOLFGANG SCHLÜTER | FOTOS: STEFAN LIEWEHR

6 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

1 Pkg. Strudelteig (4 Blatt)

100 g Butter (zerlassen)

Fülle:

100 g Zwiebeln

400 g Eierschwammerln
(geputzt, grob geschnitten)

3 EL Öl

100 g Babyspinat (geschnitten)

2 Knoblauchzehen

500 g mehlige Erdäpfel

1 Dotter

Salz, Pfeffer, Muskat

WEINTIPP

Dazu sollten Sie ein Glas gut gekühlten Wiener Gemischten Satz probieren.

1 Zwiebeln schälen und klein schneiden.

Schwammerln und Zwiebeln im Öl anschwitzen, Spinat zugeben und kurz mitgaren. Mischung mit Salz, Pfeffer und zerdrücktem Knoblauch würzen und in einem Sieb abtropfen lassen.

2 Erdäpfel weich kochen, abseihen, schälen und noch heiß durch die Erdäpfelpresse drücken. Erdäpfel mit Dotter und Schwammerln verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

3 Rohr auf 180°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Ein Strudelblatt aufliegen, mit Butter bestreichen, zweites darauflegen, ebenfalls mit Butter bestreichen. Die Hälfte der Fülle darauf verteilen, Strudel einrollen, auf das Blech legen und mit Butter bestreichen. Übrige Zutaten ebenso verarbeiten. Strudeln im Rohr (mittlere Schiene) ca. 40 Minuten backen. Dazu passt Schnittlauchsauce.

Nährwert pro Portion

299 kcal; 7 g EW; 20 g Fett;
22 g KH; 1,8 BE; 79 mg Chol.



GEREIZTE, ENTZÜNDETE AUGEN?

NEU



APOZEMA®

Augentropfen Nr. 41 + 42

helfen sanft bei gereizten,
entzündeten Augen

- absolut steril, daher 3 Monate haltbar (nach Anbruch)
- ohne Konservierungsmittel
- für Träger weicher und harter Kontaktlinsen
- für jedes Alter geeignet

APOZEMA HOMÖOPATHIE

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

www.apozema.at Exklusiv in Ihrer Apotheke.



Fundstücke

Wenn's blitzt und donnert, sagt eine alte Weisheit, dann wachsen die Schwammerln besonders gut. Das dürfte stimmen, denn, wie man aus gut informierten Kreisen hört – das Schwammerljahr ist heuer außerordentlich gut angelaufen. Wenn auch Sie Körbe voll Pilze gesammelt haben und jetzt nicht wissen, was tun damit – hier ein paar sehr delikate Vorschläge!

REZEPTE: MARTIN GERSTBAUER | FOTOS: ULRIKE KÖB



Eierschwammerl-Risotto mit Knusperschinken

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Min.

600 g Eierschwammerln

1 Stange Lauch

1 Zwiebel

500 ml Hühnersuppe

70 g Butter

200 g Risottoreis

375 ml Weißwein

30 ml Öl

20 g Petersilie (gehackt)

50 g Bergkäse (gerieben)

Garnitur:

8 Scheiben Rohschinken
(dünn geschnitten)

*Salz, Pfeffer,
Kümmel (gemahlen)*

1 Für die Garnitur Rohr auf 190°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Schinken nebeneinander auflegen und im Rohr (mittlere Schiene) knusprig backen (ca. 8 Minuten). Schinken auf Küchenpapier abtropfen lassen.

2 Schwammerln putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Lauch längs aufschneiden, waschen und quer in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und klein schneiden.

3 Suppe aufkochen. Zwiebel in 30 g von der Butter anschwitzen, Reis einröhren und glasig werden lassen. 250 ml vom Wein zugießen und einkochen. Lauch untermischen. Die Hälfte der Suppe zugeben, Reis bei mittlerer Hitze unter Rühren bissfest garen, übrige Suppe nach und nach zugießen.

4 In einer Pfanne Öl erhitzen. Schwammerln darin scharf anbraten, mit Salz, Pfeffer und Kümmel

würzen. Restliche Butter untermischen, übrigen Wein zugießen und zur Gänze einkochen. Petersilie unterrühren.

5 Bergkäse und Schwammerln unter den Reis mischen. Risotto anrichten, mit Knusperschinken garnieren.

Nährwert pro Portion
560 kcal; 20 g EW; 27 g Fett;
43 g KH; 3,6 BE; 78 mg Chol.

WEINTIPP

Ein charmanter weichselfruktiger Pinot noir Spumante aus dem Veneto oder ein kirschfruchtiger Rosé-Wein aus dem Kamptal zeigen den Schwammerln, wo's lang geht.



Steinpilz-Polentapizza

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten

500 ml Wasser

500 ml Milch

250 g Maisgrieß

Belag:

1 kg Steinpilze

80 g Butter

1 Dose Pizzasauce (400 g)

150 g Bergkäse
(*grob gerieben*)

20 g Rucola

Schale von 1 Bio-Zitrone
(*abgerieben*)

Salz, Pfeffer, Muskat

1 Backblech mit Backpapier belegen. Wasser und Milch aufkochen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Maisgrieß einrieseln lassen, bei mittlerer Hitze unter Rühren ca. 5 Minuten köcheln. Masse ca. 1 cm dick auf das Blech streichen, abkühlen und fest werden lassen.

2 Steinpilze putzen, falls nötig, kurz waschen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Pilze in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Butter aufschäumen, Pilze darin kurz beidseitig anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Rohr auf Grillstellung vorheizen. Polentamasse mit Pizzasauce bestreichen, mit Käse bestreuen und mit Pilzen belegen. Pizza im Rohr (mittlere Schiene) ca. 5 Minuten backen. Die Hälfte vom Rucola fein hacken. Pizza herausnehmen, mit Zitronenschale und gehacktem Rucola bestreuen, restlichen Rucola darauf verteilen.

Nährwert pro Portion

563 kcal; 28 g EW; 39 g Fett;
24 g KH; 2 BE; 71 mg Chol.



WEINTIPP

Kalifornischer Sauvignon blanc mit Nuancen von Zitrus, Kiwi und grünem Tee bringt ebenso Harmonie wie ein fruchtiger, mineralischer Gemischter Satz vom Nussberg.

TIPP Madige Steinpilze?
Von außen ist es schwer zu erkennen, wie der Pilz innen aussieht. Es empfiehlt sich, einen Blick auf die Schnittfläche des Stiels zu werfen. Seriöse Händler bieten Steinpilze mit eingeschnittenem Stiel an.

Marinierte Lachsforelle mit gerösteten Eierschwammerln

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten, zum Marinieren ca. 10 Stunden



Marinierte Lachsforelle:

- 300 g Lachsforellenfilet (mit Haut)**
- 20 g Salz**
- 20 g Kristallzucker**
- 10 g Korianderkörner (geröstet, zerstoßen)**
- Schale von 1 Bio-Zitrone (abgerieben)**
- 2 EL Olivenöl**

Geröstete Eierschwammerln:

- 600 g Eierschwammerln**
- 1 Zwiebel**
- 2 EL Rapsöl**
- 20 g Butter**
- 2 EL Zitronensaft**

Senfsauce:

- 250 g Sauerrahm**
- 1 EL Dijon Senf**
- 10 g Petersilie (gehackt)**

Salz, Pfeffer, Kümmel (gemahlen)

1 Fischfilet entgräten. Salz, Zucker, Koriander und Zitronenschale vermischen. Fischfilet mit der Gewürzmischung bedecken, mit Frischhaltefolie zudecken und für ca. 10 Stunden kühl stellen.

2 Für die Sauce Rahm, Senf und Petersilie verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Schwammerln putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zwiebel schälen und klein schneiden. Öl erhitzen, Schwammerln darin scharf anbraten, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Zwiebel zugeben und ca. 2 Minuten braten, Butter zugeben, mit Zitronensaft abschmecken. Schwammerln abkühlen lassen.

4 Fischfilet von den Gewürzen befreien, mit Olivenöl einreiben und in dünnen Scheiben von der Haut schneiden. Sauce auf Teller streichen, Fisch und Eierschwammerln darauf anrichten, eventuell mit Jungzwiebelgrün bestreut servieren.

WEINTIPP

Perfekt dazu: ein fruchtiger, frischer, trockener Chardonnay mit Anklängen von Limette und Mango aus dem Kremstal.

Nährwert pro Portion
367 kcal; 22 g EW; 26 g Fett;
10 g KH; 0,8 BE; 94 mg Chol.

Steinpilze in Rahmsauce mit Spinat-Serviettenknödeln

4 Portionen, Zubereitung ca. 30 Minuten



700 g Steinpilze

2 Zwiebeln

30 ml Rapsöl

50 g Butter

250 ml Schlagobers

250 g Sauerrahm

10 g glattes Mehl

3 EL Zitronensaft

Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)

20 g Petersilie (gehackt)

Salz, Pfeffer, Kümmel (gemahlen)

1 Steinpilze putzen, eventuell kurz waschen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Pilze in ca. 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen und klein schneiden.

2 Öl erhitzen, Pilze darin beidseitig scharf anbraten, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Zwiebeln und Butter zugeben, ca. 3 Minuten braten. Obers zugießen und kurz köcheln.

3 Sauerrahm mit Mehl und wenig von der Sauce verquirlen. Mischung in die Sauce gießen und ca. 1 Minute köcheln. Sauce mit Zitronensaft und Zitronenschale abschmecken, Petersilie einrühren.

4 Steinpilze mit Rahmsauce und Serviettenknödeln servieren.

SPINAT-SERVIETTENKNÖDEL

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten, zum Ziehen ca. 15 Minuten

2 EL Rapsöl

260 g Blattspinat
(geputzt)

300 g Toastbrot
(entriedet)

1 mittleres Ei

125 ml Milch

Salz, Pfeffer, Muskat

1 In einer großen Pfanne Öl erhitzen, Spinat zugeben und zugedeckt zusammenfallen lassen. Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, in einem Sieb abtropfen und auskühlen lassen, gut ausdrücken, grob hacken.

2 Toastbrot klein schneiden, mit Spinat, Ei und Milch vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Masse ca. 15 Minuten ziehen lassen. Ein Stück Frischhaltefolie auflegen, Knödelmasse am unteren Ende auftragen, in der Folie straff einrollen. Folie an den Enden eindrehen und mit Spagat binden. Salzwasser aufkochen, Knödel einlegen und ca. 30 Minuten köcheln. Aus dem Kochwasser heben, aus der Folie wickeln und in Scheiben schneiden.

Nährwert pro Portion

282 kcal; 11 g EW; 9 g Fett;
38 g KH; 3,2 BE; 60 mg Chol.

Nährwert pro Portion

521 kcal; 10 g EW; 50 g Fett;
10 g KH; 0,8 BE; 110 mg Chol.



WEINTIPP

Gereifter Grüner Veltliner Smaragd aus der Wachau mit fruchtigen Aromen und angenehmer Würze ist dazu eine harmonische Ergänzung.

EIERSCHWAMMERL

Tritt gerne rudelweise auf, ist wegen seiner auffälligen Farbe leicht zu orten.

Erkennungszeichen: Hell- bis dottergelb, Hut anfangs gewölbt mit eingerolltem Rand, später trichterförmig mit fransigem Rand, die Lamellen laufen weit am Stiel herab. Helle Gelbes bis weißes Fleisch, das bei jungen Schwammerln fest, bei großen weich ist.

Geschmack: Mild und aromatisch, vorzugsweise in Kleinformat bis zu einem Htdurchmesser von 3–4 cm. Entwickelt seine Aromen am besten gebraten.

Vorrat: Einfrieren ist die beste, wenn auch nicht ideale Art der Haltbarmachung. Je geringer der Wassergehalt, umso besser funktioniert's. Geeignet für Suppe und Ragout.



STEINPILZ

Der beliebteste unter den Waldpilzen, gut gefarnt.

Erkennungszeichen: Dicker, keulenförmiger heller Stiel, mittel- bis dunkelbrauner Hut, weiße, später gelb bis grüne Röhren an der Hutunterseite, festes weißes Fleisch, das sich beim Anschneiden nicht verfärbt.

Geschmack: Je kleiner, desto feiner. Mild buttrig bis nussig, roh wie auch gebraten eine Delikatesse.

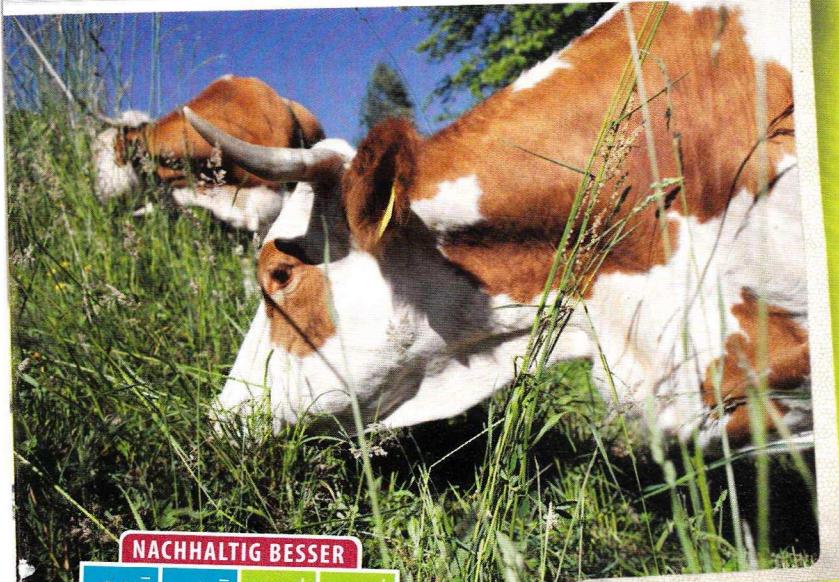
Vorrat: Eignet sich gut zum Trocknen. Dafür werden makellose Exemplare geputzt, in ca. 0,5 cm dicke Scheiben geschnitten und in einem Dörrgerät oder im Rohr bei maximal 50°C getrocknet.



Foto: Stockphoto.com (2)



TIPP Profi-Pilzmesser mit kurzer, gebogener Klinge. Das Schwammerl wird bodennah abgeschnitten, mit der weichen Bürste am Griffende sogleich stubenfein von Erdresten gereinigt.
€ 29,90; www.zumkochen.at



Regionale Spezialitäten schmecken allen am besten.

So weit muss Bio gehen.

Exklusiv bei



Die Zurück zum Ursprung-Bauern leben fest verwurzelt in ihren Regionen. Sie pflegen gesunde Böden, Wiesen und Wälder für eine Vielfalt an Pflanzen und Tieren. Wenn Sie Produkte von Zurück zum Ursprung kaufen, bekommen Sie regionale Bio-Lebensmittel in allerbester Qualität und fördern damit auch die Erhaltung des ländlichen Raumes. Das sichert uns allen die langfristige Versorgung mit besten heimischen Lebensmitteln. Mehr unter www.zurueckzumursprung.at



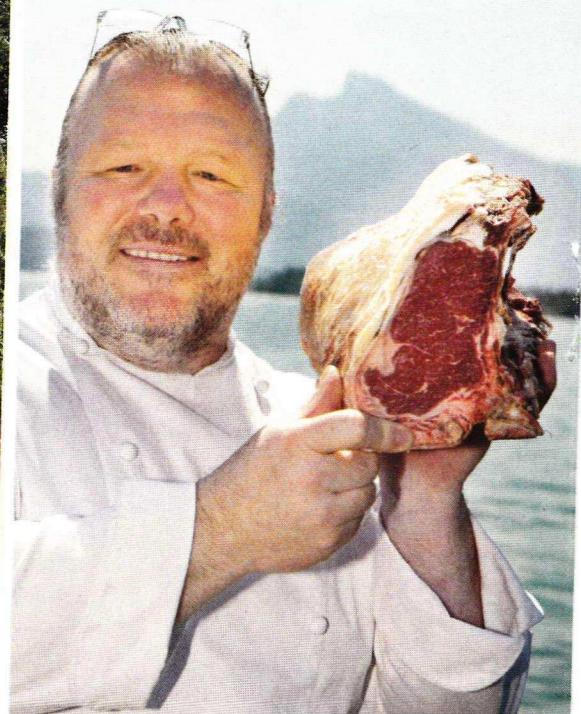
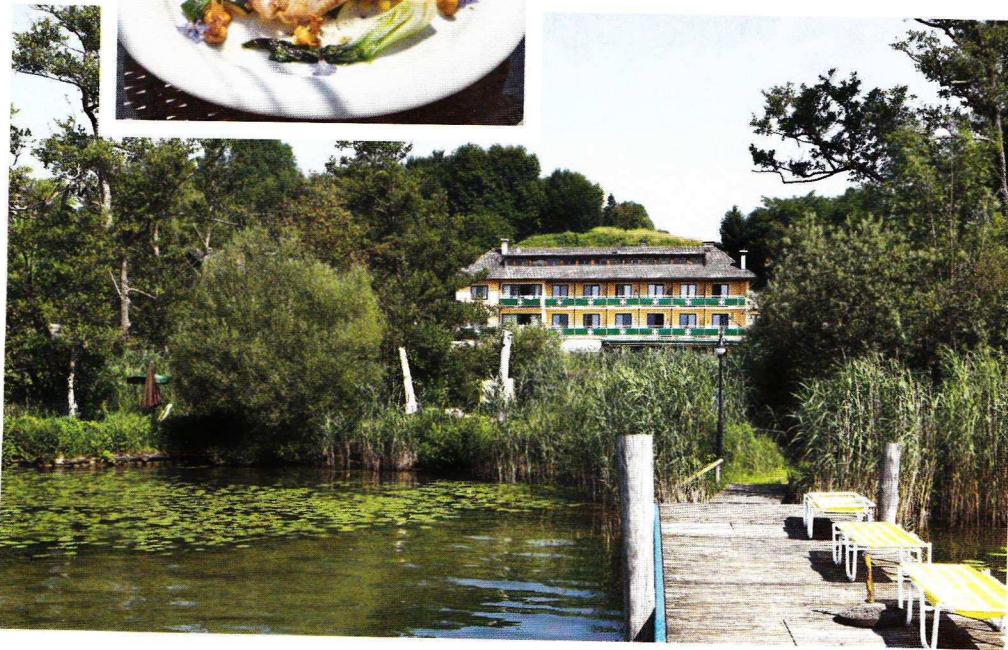
Jetzt heißt's:
App zum
Ursprung.



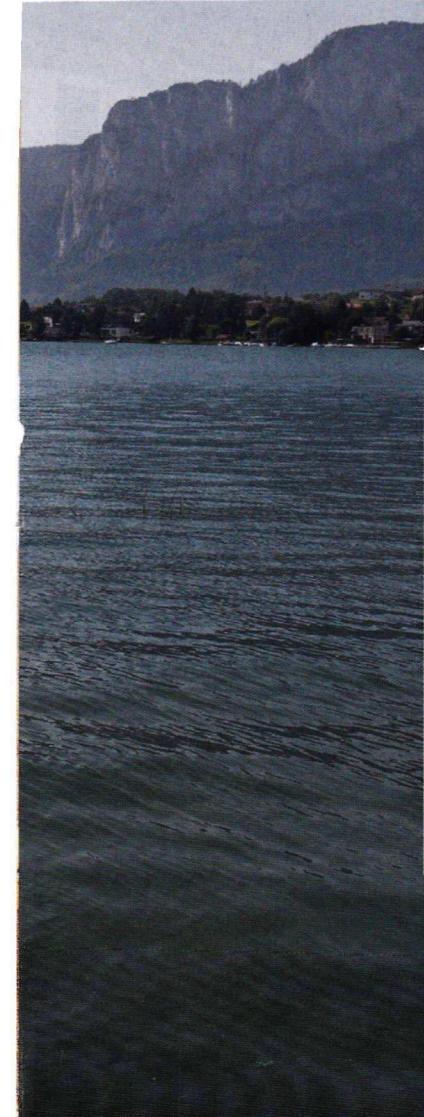
zurück
— zum —
Ursprung



Mondsee



Seehotel Lackner: Zimmer mit Seeblick und feiner Küche.
Martin Lackner setzt auf Fisch aus dem See und Dry Aged Beef.



Stilles Erwachen: Seit einigen Jahren zieht es immer mehr Gourmets an den Mondsee. Ob Haubenküche oder Heurigengemütlichkeit, hier wird neuerdings jeder glücklich.

TEXT: BARBARA HAIDEN | FOTOS: MICHAEL MARKL

Heuer ist ein gutes Reinankenjahr, findet Hubert Daxner. Er ist einer von fünfzehn, die am Mondsee das Fischereirecht haben. Um vier Uhr früh wirft er den Motor seines kleinen Bootes an, um vom See einzuholen, was während der Nacht in die Netze gegangen ist. Drei Stunden später ist der Fang küchenfertig vorbereitet und wird an die Köche der Umgebung ausgeliefert. Der Mondsee ist der wärmste unter den Salzkammergutseen, fischreich und sauber. Touristisch ein stilles Wasser, das Ufer ist kaum verbaut. Schilf, Wald, Wiesen und ein paar Campingplätze säumen das zehn Kilometer lange Gewässer, den Ort Mondsee trennt eine lange Lindenallee vom See.

Genuss-Metropole. In den 70er und 80er Jahren wurde in Plomberg das neue österreichische Küchenwunder geboren. Die Feinschmecker pilgerten zum Eschlböck.

Das Restaurant ist schon lange geschlossen, im ehemaligen Gourmettempel wird neuerdings Punsch gemischt. Einer der Schüler von Karl Eschlböck ist Martin Lackner, Küchenchef und Besitzer des gleichnamigen Seehotels. Viele Jahre war er konkurrenzlos erste Adresse am See. Langsam kommt Leben ins gastronomische Mondsee – Schlosshotel, Hotel Iris Porsche, Seehof locken mit Flair und guter Küche eine zahlungskräftige Klientel an. Der russische Milliardär Roman Abramowitsch, wird gemunkelt, möchte sich in der Gegend einkaufen. Man spricht schon vom neuen Kitzbühel. Aber lassen wir erst mal die Abendsonne hinter der Drachenwand abtauchen, und sichern uns einen Platz auf der Terrasse des Seehotels. Besseres wird man kaum finden. Martin Lackner, der gerne Schwammerln sucht und bei gutem Wind auf dem Surfbrett

zuhause ist, hat eine neue Liebe: Dry Aged Beef. In der Vitrine gleich neben der kleinen Bar liegt ein „Lockbrocken“, gehüllt in weißes Tuch. Nur die Schnittfläche ist zu sehen. Perfekt gereiftes Fleisch ist genauso wie superfrische Reinanken ein seltener Glücksfall. Hier gibt's beides. Was will man mehr? Gut ein Dutzend Rinderrücken, Hochrippe und Beiried, liegen da im Reiferaum, den er sich vor einem Jahr extra hat bauen lassen. Mindestens zwölf Wochen reift das Fleisch bei knapp über null Grad, trocknet ab und setzt einen wattig weißen Schimmelflor an. Das Fleisch wird ganz mürbe und intensiv im Geschmack, besonders kräftig am Knochen, welcher vor dem Braten entfernt wird. Manche Gäste, erzählt Martin Lackner, kommen nur wegen des Steaks – ein halbes Kilo Fleisch, dazu eine Flasche Rotwein, mehr wollen die nicht.



Die neue Verwöhn-Adresse. Die Geschichte des Ortes Mondsee beginnt im heutigen Schloss, das lange eines der bedeutendsten bayrischen Klöster war. „7-4-8 – Mondsee wird gemacht“, lernen die Kinder im Geschichtsunterricht. Nach wechselnden adeligen Besitzern, darunter Napoleon, erwarb 1985 der oberösterreichische „Schotterbaron“ Asamer das Schloss von Gräfin Almeida, um ihm wieder ein würdiges Antlitz zu verleihen. Zurzeit befindet es sich im Wandel vom Seminar- zum Hochzeitshotel. Ambiente und Räumlichkeiten sind schließlich wie geschaffen für romantische Festivitäten. Cocktailempfang im Innenhof zwischen Rosen und Lavendel, Dinner in den historischen Räumlichkeiten, etwa in der stimmungsvollen Mönchsküche (unten).

Im Zuge der Neuorientierung wurde auch das Konzept des Hotelrestaurants überdacht und gehobenen Ansprüchen angepasst. Gourmetküche aus den besten regionalen Produkten lautet die Devise von Stefan Gützkow, dem Küchenchef. Der junge Mann aus Hannover ist seit fünf Jahren in Österreich, inzwischen familiär verankert und glücklich, hier sein neues Zuhause gefunden zu haben. Bei der Zubereitung von Fleisch legt er lieber sanft Hand an – zu viel Hitze zerstört die Aromen, deshalb schmort er „Sous-vide“, im Vakuum, oder bei Niedertemperatur. Dass im Schlosshotel fein aufgekocht wird, hat

sich noch nicht wirklich herumgesprochen. Mögliche Hürde: Um in das Restaurant zu gelangen, muss man hintenrum, durch den Hoteleingang. An der zum Marktplatz gewandten Seite des Schlosses befindet sich das Wirtshaus, wo Schnitzel und Gulasch serviert werden. Ganz anders als im klösterlich-beschaulichen Innenhof des Hotels pulsier das Leben auf dem von bunt bemalten Bürgerhäusern umgebenen Marktplatz. Am Apfelstrudel im Café Braun erfreute sich schon so mancher prominenter Guest. Das liebenswert altmodische Café Frauenschuh gleich gegenüber ist ein Ort der gepflegten Kaffeehauskultur. In der Vitrine lauert ein un-widerstehlicher Zwetschkenfleck mit viel Frucht und dünnem Boden.



Stefan Gützkow und die neue Küche im Schlosshotel Mondsee: Duett vom Bio-Schwein mit butterweich geschmortem Backerl und krossem Goderl.





Restaurant Iris Porsche: Joachim Windhager nimmt sich die Großen seiner Zunft zum Vorbild. Die erste Haube soll nicht die einzige bleiben.

Design und feine Küche. An der Adresse Marktplatz 1 ist seit einigen Jahren das Hotel Iris Porsche zu finden. Das Design-Hotel zieht Business- wie Salzburger-Festspiel-Gäste gleichermaßen an. Die Sitzplätze im Gastgarten sind beliebt, hier kann man mittags in lockerer Atmosphäre gut und preiswert speisen. Wer am wahren Können der Küche interessiert ist, muss am Abend kommen. Da wird's aufwändig-puristisch.

Küchenchef Joachim Windhager stammt, wie er sagt, aus dem „hohen Norden“. In Freistadt hatte seine Großmutter in den 70er Jahren eine legendäre Weinstube. „Mein Hobby ist Kochen“, kommt es spontan auf die Frage, womit er seine Freizeit verbringt. Mit Spürsinn für gute Produkte hat er sich ein Netz erstklassiger Lieferanten geknüpft. Zum Glück wimmelt es im Mondseeland von innovativen Produzenten. Fleisch, Gemüse, Käse, Fische bringt quasi der Nachbar. Die

Flusskrebse fürs Schaumsüppchen werden in einem nahen Gewässer gefangen, die Texanischen Bluttauben kommen von einem Züchter, der außer Joachim Windhager nur die Obauers beliefert. In der zum Hotel gehörenden Bar Sixty7 fallen die kleinen feinen Törtchen in der Vitrine auf. „Französische Patisserie“, wie der Küchenchef stolz erklärt. Zu verdanken sind die Leckereien einem Patissier, der zuvor bei Valier in Innsbruck tätig war.

Kultur und Bioladen. Apropos regionale Produkte: Da sollte man einen Abstecher ins reizende Kulturgut Höribachhof am Fuße der Drachenwand machen. Es gehört der Dame, in deren Besitz auch der Mondsee ist. Der Hof ist ein ehemaliger Meierhof des Klosters, heute Schloss. Im reizenden Laden mit vielen Bioprodukten kann man neben Frischgemüse auch Künstlerisches erstehen. Im Innenhof werden Kaffee und Kuchen serviert.



Taubenpraline auf kurkumagelbem Apfel-Couscous mit schwarzem Johannisbeer-Gelee. Das ausgelöste Täubchen wird im Vakuum gegart, der intensive Jus stundenlang eingekocht.



Gelebte Tradition. Vom Zentrum Mondsee führt ein knapp halbstündiger Fußweg zur Erlachmühle. Die von hügeligen Wiesen mit Obstbäumen umgebene Jausenstation an der Zeller Ache ist die einzige noch in Betrieb befindliche Mühle des Mondseelandes. Stolz verweist August Wienerother auf die 600-jährige Geschichte seines Hauses. Das Überleben der Mühle sicherte die Holzofenbäckerei. Die Kombination ist ungewöhnlich, denn erst seit Maria Theresia haben Mühlen eingeschränktes Backrecht. „Schwarzbäcker“ hießen solche Betriebe, die ausschließlich Schwarzbrot backen durften.

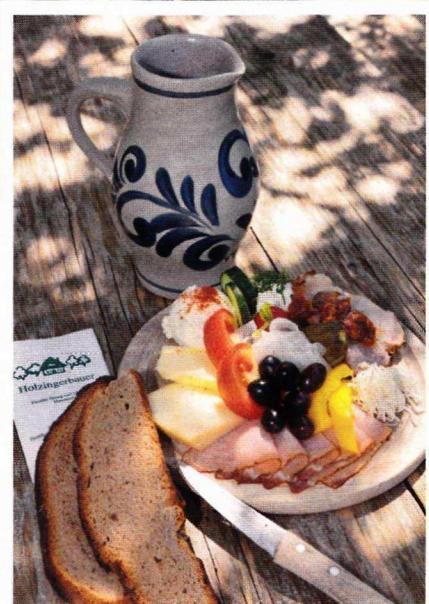
Brot aus dem Holzofen. Roggenmehl, Wasser und Salz. Die Zutatenliste ist kurz, das Geheimnis des saftigen Backwerkes liegt in der langen Teigführung. 24 Stunden dauert sie und ist wesentlich für die Geschmacksentwicklung. Das erspart Gewürze wie Kümm-



Landidylle beim Holzingerbauern. Bei Elisabeth und Georg Hammerl fühlen sich die Leute wohl. Most, Fleisch, Brot – alles hausgemacht und köstlich.

mel oder Koriander, findet der Müllermeister. Viel Feingefühl und Erfahrung verlangt das Backen. Zeitig in der Früh werden die beiden Öfen mit langen Holzscheitern gefüllt. Zwei Stunden brennt das Feuer, bis die Temperatur in der niedrigen Röhre auf 300 Grad gestiegen ist. Erst nachdem die Glut durch eine Klappe verschwunden und der Boden des Ofens gesäubert wurde, kann das Brot „eingeschossen“ werden. Laib um Laib landet bäuchlings auf der flachen Schaufel. Bevor die Brote in die Tiefen des Ofens sausen, werden sie noch mit Wasser benetzt. Schnell sind alle 150 Laibe an ihrem Platz. Tür zu. Nach einer Stunde werden herausgeholt. Braun gebrannt, krustig und duftend. Die Hitze im Ofen reicht noch aus, um einen Schweinsbraten darin zu backen.

Mustergültiger Mostheuriger. Die gleiche Taktik fährt man beim Holzingerbauern. Die erste Hitze im Holzofen gehört den Brotlaiben, die restliche wärmt den Schweinsbraten. Der kommt unwiderstehlich knusprig und lauwarm mit „Erpfikas“, Speck und anderen Delikatessen auf den reichlich belegten Holzteller. Der Mostheurige am Südzipfel des Mondsees ist seit 42 Jahren eine Institution. Ohne Reservierung besteht so gut wie keine



Chance auf ein Platzerl unter dem Apfelbaum oder in der Stube. Das Haus, erzählt Elisabeth Hammerl, war schon immer ein sehr gastfreundliches. Anfangs kamen die Leute nur, um Most zu kaufen. Der Bauer war ein geselliger Mann, die Kunden blieben gerne in der Stube sitzen, tranken Most, ließen sich Bauernbrot und Speck schmecken. Beim Holzingerbauern sind die Aufgaben klar getrennt: Kochen ist Frauensache, den flüssigen Part hat der Mann, namentlich Georg Hammerl, über. Auf seinen erfrischenden Most, Typ Sommerspritzer, trifft die Bezeichnung „trinkanimierend“ zu. Nur nicht täuschen lassen, lacht der Bauer mit einem Augenzwinkern. Der Apfelmast hat immerhin sechs Prozent Alkohol. Zurück zum legendären Schweinsbraten: Beim Rundgang ums Haus kann man sich vom Glück der hier lebenden Schweine überzeugen, sie haben das ganze Jahr Auslauf.



Oma Wienerother bäckt Brot, seit sie denken kann. Bei Schönwetter kann man mit ihr gemeinsam im Garten Bauernkrapfen fabrizieren.



UNTERWEGS AM MONDSEE

Seehotel Lackner
5310 Mondsee, Mondseestraße 1, T: 05232 2359
www.seehotel-lackner.at

Hotel Restaurant Iris Porsche
5310 Mondsee, Marktplatz 1, T: 06232 2237
www.irisporsche.at

Hotel Schloss Mondsee
5310 Mondsee, Schlosshof 1a, T: 06232 5001
www.schlossmondsee.at

Mostheuriger Holzingerbauer
5310 Mondsee, Oberburgau 12
T: 06232 3841

Erlachmühle
5310 Mondsee, Vogelsangstraße 33, T: 06232 2578
www.erlachmuehle.at

Kulturgut Höribach
5310 St. Lorenz am Mondsee, Höribachhof 2
T: 06232 27585, www.hoeribachhof.at



GESUNDHEIT LIEGT IN IHREN HÄNDEN

Ob Sie schwanger oder gerade Eltern geworden sind - Gesundheit zählt für Sie wie nie zuvor.

Infektionen können insbesondere für schwangere Frauen, Babys und Kleinkinder schädlich sein. Daher ist es gerade im Umgang mit diesen wichtig, auf Hygiene zu achten. Das heißt nicht, dass es zuhause klinisch rein sein muss - einige grundlegende Maßnahmen genügen, um sich selbst und das Baby vor krankheitserregenden Keimen zu schützen.

Der Schlüssel für eine bessere Gesundheit ist eine gründliche Handhygiene

„Viele Keime sind harmlos, es gibt jedoch auch Bakterien und Viren, die auf täglich benutzten Oberflächen leben und wichtige Krankheitserreger sind. Sie überleben in der Wohnung oft tagelang. Ein Keim kann durch Handkontakt an bis zu 13 Personen weitergegeben werden. Hände sind die Hauptverbreiter von Bakterien und anderen Keimen und können über verschiedene Wege an Mitmenschen weitergegeben werden. Daher sind eine effektive Handhygiene und richtiges Händewaschen besonders wichtig, um der Verbreitung von Infektionskrankheiten entgegenzuwirken“, erklärt Univ.-Doz. Dr. Christoph Wenisch, Facharzt für Innere Medizin, Intensivmedizin, Infektiologie und Tropenmedizin und Abteilungsvorstand der 4. Med. Abteilung mit Infektions- und Tropenmedizin im SMZ-Süd - Kaiser Franz Josef Spital und



Mitglied des Hygiene Councils, einem Zusammenschluss von Experten aus dem Bereich Hygiene aus ganz Europa.

Sauberkeit im Haus

Eine Ende Mai 2011 in Österreich durchgeföhrte Fallstudie zum Thema «Hygiene im Haushalt» hat ergeben, dass viele Oberflächen, die sehr häufig berührt werden, nur sehr selten gereinigt werden. So können sich krankheitserregende Mikroorganismen dort ungestört vermehren. Als Problemkind erwies sich vor allem der Spüllappen, der in 100 Prozent der Haushalte schwer verunreinigt war. Hier ist Vorsicht angebracht, ist doch gerade durch das Wischen mit dem Spüllappen an vielen verschiedenen Stellen eine Kreuzkontamination möglich. Um diese zu vermeiden, ist es wichtig, dass rohes Gemüse und rohe Früchte vor dem Verzehr gründlich gewaschen werden, damit keine Keime zurückbleiben. Was oft vergessen wird, ist die Reinigung des Kühlschranks und der Austausch von Geschirrtüchern. Denn beide gehören nebst den Fugen im Badezimmer zu den keimreichsten Oberflächen im Haushalt. Auch sollte man zum Beispiel darauf achten, den Schnuller nicht mit dem Spüllappen abzuwaschen, um eine mögliche Übertragung krankheitserregender Keime auf das Baby zu vermeiden.

HYGIENE FÜR IHRE HÄNDE

> Der Dettol No-Touch Automatischer Seifenspender mit Bewegungssensor erkennt die Hände und dosiert automatisch die optimale Menge an Dettol Flüssigseife.

> Der innovative Bewegungssensor macht das tägliche Händewaschen zum ganz großen Spaß für die Kleinen, die so spielen eine richtige Handhygiene lernen.

> Er entfernt 99,9 Prozent der Bakterien und enthält feuchtigkeitsspendernde Inhaltsstoffe. Der Spender ist in den drei Premiumduften Gurke & Wassermelone, Original und Pink Grapefruit erhältlich.

> In Zusammenarbeit mit der European Paediatric Association (EPA) für die Aufklärung von Familien über verbesserte Hygiene.



www.dettol.at

Biozide sicher verwenden.
Vor Gebrauch stets Kennzeichnung und Produktinformation lesen.



Was für ein Auflauf!

Nein, hier handelt es sich nicht um den Sommer-Schluss-Verkauf. Heiß her geht's aber trotzdem. Mit Reis, Nudeln, Grieß und Co versüßen wir Ihnen die Sommertage. Aufläufe ohne Stress, dafür mit viel Geschmack.

REZEPTE: CHRISTINE EGGER | FOTOS: ULRIKE KÖB

Alles darf rein

Aufläufe, ob pikant oder süß, sind eine tolle Sache. Lassen sie uns doch so viel Platz für Kreativität. Geschichtet wird was schmeckt. Erdäpfel, Nudeln, Reis & Co als Basis, Fleisch, Fisch, Gemüse, Früchte, Nüsse für das geschmackliche High-End-Erlebnis.

Pfiffige Formen

Auch hier sind der persönlichen Raffinesse keine Grenzen gesetzt. Ob in klassischen Auflaufformen aus Keramik, Metall oder Glas, rund oder eckig, oder in innovativen Rexgläsern. Man nimmt was gefällt, serviert in der Form, stürzt auf Teller, garniert nach Herzenslust. Witzige Idee: Aufläufe in Kaffeetassen oder in kleinen Blumentöpfen backen, danach mit Früchten und Blüten servieren.

Gut geölt

So können die Aufläufe nach dem Backen problemlos gestürzt werden, alles bleibt heil: Formen mit flüssiger Butter oder Öl ausstreichen, danach mit Mehl, Zucker, Bröseln, Nüssen oder Mohn ausspreuen. Trick: Formen nach dem Ausstreuen für ca. 10 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Kurzer Check

Fertig oder nicht: Holz- oder Metallspieß in die Aufläufe stechen und herausziehen. Bleibt alles sauber, darf angerichtet werden.

Hoch hinaus

Im Zweifelsfall befüllt man die Auflaufförmchen nur zu zwei Dritteln. Geht die Masse beim Backen auf, bleibt trotzdem alles, wo es soll.



Brioche-Birnenauflauf mit Brombeeren

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde



500 g Briochestreuzel

3 mittlere Eier

200 ml Milch

90 g Kristallzucker

3 Pkg. Vanillezucker

300 g Birnen

50 g Brombeeren

Zimt, Butter

1 Rohr auf 180°C vorheizen. Auflaufform (Inhalt ca. 1 l) mit Butter ausstreichen und kalt stellen.

2 Streuzel in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. 1 Ei in Dotter und Klar trennen. Milch, 40 g vom Kristallzucker, Vanillezucker, 1 Prise Zimt, Eier und Dotter verrühren und mit einem Stabmixer pürieren. Birnen schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen. Birnen in 2 mm dicke Scheiben schneiden.

3 Die Hälfte von den Brioche-scheiben in die Eiermilch tauchen, dachziegelartig in die Form schichten und mit den Birnenscheiben belegen. Übrigen Brioche in die Eiermilch tauchen und die Birnen damit abdecken. Restliche Eiermilch darübergießen. Auflauf im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten backen.

4 Für die Garnitur Brombeeren verlesen. Eiklar mit restlichem Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen.

5 Auflauf herausnehmen, Rohr auf Grillstellung schalten. Auflauf mit Schnee garnieren und im Rohr (obere Schiene / Gitterrost) goldbraun überbacken. Herausnehmen und mit den Brombeeren garniert servieren.

Nährwert pro Portion

595 kcal; 16 g EW; 21 g Fett;
84 g KH; 7 BE; 305 mg Chol.



Hörnchen-Mohnauflauf mit Apfelmus

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden

250 g Hörnchen

2 mittlere Eier

60 g weiche Butter

60 g Staubzucker

150 g Powidl

50 g Mohn (gemahlen)

Apfelmus:

500 g Äpfel

100 ml Wasser

30 g Kristallzucker

4 EL Zitronensaft

1 Stück Zimtrinde

Butter, Staubzucker

1 Für das Mus Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen, Äpfel klein schneiden. Wasser, Zucker, Zitronensaft und Zimtstange aufkochen, Äpfel zugeben und weich dünsten (ca. 10 Minuten). Zimtstange entfernen, Äpfel mit einem Stabmixer pürieren.

2 Hörnchen in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufform (Inhalt ca. 500 ml) mit Butter ausstreichen.

3 Eier in Dotter und Klar trennen. Butter mit 30 g vom Staubzucker schaumig rühren, Dotter nach und nach zugeben, Masse glatt rühren. Eiklar mit übrigem Staubzucker zu cremigem Schnee schlagen. Hörnchen in den Butterabtrieb rühren, Schnee unterheben.

4 Die Hälfte von der Masse in die Form füllen. Powidl mit 3 EL warmem Wasser vermischen. Powidl und Mohn auf der Masse verteilen. Übrige Masse darauf verstreichen. Auflauf im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen. Herausnehmen, portionieren, mit Staubzucker bestreuen und noch warm mit dem Apfelmus servieren.

Nährwert pro Portion

647 kcal; 15 g EW; 24 g Fett;
90 g KH; 7,5 BE; 201 mg Chol.

Reisauflauf mit Himbeersauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde



100 g Langkorn- oder Jasminreis

350 ml Milch

Schale von ½ Bio-Orange
(abgerieben)

Schale von ½ Bio-Zitrone
(abgerieben)

2 mittlere Eier

40 g Butter

50 g Staubzucker

100 g dunkle Kuvertüre

Himbeersauce:

300 g TK-Himbeeren (aufgetaut)

3 Pkg. Vanillezucker

20 g Staubzucker

Salz, Butter

1 Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufförmchen (Inhalt 125 ml) mit Butter ausstreichen.

2 Reis mit Milch, 1 Prise Salz, Orangen- und Zitronenschale vermischen, aufkochen und weich köcheln (ca. 20 Minuten). Reis vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

3 Eier in Dotter und Klar trennen. Butter mit der Hälfte vom Staubzucker schaumig rühren, Dotter nach und nach unterrühren. Reis zugeben. Eiklar mit übrigem Staubzucker zu Schnee schlagen und unter die Reismasse heben. Kuvertüre im Wasserbad schmelzen. Ein Drittel von der Reismasse mit der Kuvertüre vermischen. Helle und dunkle Reismasse abwechselnd in die Förmchen füllen.

4 Aufläufe im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 30 Minuten backen.

5 Für die Sauce Himbeeren mit Staub- und Vanillezucker pürieren und eventuell durch ein Sieb passieren.

6 Aufläufe aus dem Rohr nehmen und mit der Himbeersauce servieren.

Nährwert pro Portion

523 kcal; 11 g EW; 25 g Fett;
63 g KH; 5,3 BE; 144 mg Chol.



Grießauflauf mit Kirschenkompott

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

2 mittlere Eier

80 g weiche Butter

20 g Staubzucker

1 EL Vanillezucker

**Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)**

30 g Kristallzucker

80 g feiner Weizengrieß

Kirschenkompott:

500 g Kirschen

300 ml Wasser

50 g Gelierzucker (2:1)

1 Stück Zimtrinde

1 Prise Kardamom

**Schale von ¼ Bio-Orange
(abgerieben)**

**Butter, Semmelbrösel,
Staubzucker**

1 Für das Kompott Kirschen entkernen. Wasser mit Gelierzucker, Zimtrinde, Kardamom und Orangenschale aufkochen. Kirschen untermischen und ca. 5 Minuten köcheln. Kompott vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

2 Rohr auf 160°C vorheizen. Auflaufförmchen (Inhalt ca. 150 ml) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln ausstreuhen.

3 Eier in Dotter und Klar trennen. Butter mit Staubzucker, Vanillezucker und Zitronenschale schaumig rühren, Dotter nach und nach unterrühren. Eiklar mit Kristallzucker zu cremigem Schnee schlagen. Zuerst Grieß, dann Schnee unter die Masse heben. Masse in die Förmchen füllen.

4 Aufläufe im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen, kurz überkühlen lassen, mit Staubzucker bestreuen und mit dem Kirschenkompott servieren.

Nährwert pro Portion

457 kcal; 7 g EW; 22 g Fett;
57 g KH; 5,4 BE; 159 mg Chol.

EINS
MIT DER
NATUR.

WIENER
ZUCKER®

BIO
KRISTALL
ZUCKER

In weißer Qualität

AUS ÖSTERREICHISCHEN BIO-ZUCKERRÜBEN
ZUM KOCHEN, BACKEN UND SÜSSEN GEIGNET



Die Zuckerseiten Österreichs.

Gewinnen Sie einen Bio Wohlfühl-Uraub
auf www.wiener-zucker.at



Holler die Waldfee!

Sie gedeihen, sobald die Unschuld verfliegt, bekommen Farbe, wenn der weiße Schleier der Blüten verschwindet. Die Steinfrüchte des Schwarzen Holunders gefallen sich im Fleischtopf wie im Kuchenteig, als Kompott ebenso wie als Pudding. Schnappt sie euch, bevor es die göttliche Frau Holle tut!

REZEPTE: ALEXANDER KNAKAL | FOTOS: THERESA SCHREMS

Lamm in der Haselnusskruste mit Hollerbeeren

4 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten

2 Lammracks (je ca. 300 g)

2 EL Sonnenblumenöl

1 EL Dijon Senf

Haselnusskruste:

50 g Haselnüsse

70 g Toastbrot

100 g weiche Butter

Hollerbeeren:

100 g Hollerbeeren

200 ml Geflügelfond

40 g kalte Butter

Salz, Pfeffer

WEINTIPP

Dazu passt eine Cuvée aus Zweigelt, Cabernet Sauvignon und Merlot aus dem Carnuntum.

1 Lammracks salzen, pfeffern und im Öl beidseitig langsam braten (ca. 3 Minuten). Rohr auf 200°C Oberhitze vorheizen.

2 Für die Kruste Haselnüsse trocken rösten, in ein Tuch wickeln, Haut abreiben. Haselnüsse grob hacken, Toastbrot fein reiben. Butter schaumig schlagen, Haselnüsse und Toastbrot zugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Fleisch zuerst dünn mit Senf, dann mit der Haselnussmasse bestreichen. Fleisch im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) knusprig garen (ca. 2 Minuten). Aus der Pfanne nehmen, mit Alufolie zu decken und kurz rasten lassen.

4 Im Bratrückstand Hollerbeeren erhitzen, mit Geflügelfond aufgießen und leicht einkochen. Butter einrühren. Lammracks portionieren, mit Hollerbeeren und Stampferdäpfeln anrichten und eventuell mit Rosmarin garniert servieren.

Nährwert pro Portion

632 kcal; 21 g EW; 57 g Fett;
11 g KH; 1 BE; 143 mg Chol.

STAMPFERDÄPFEL

4 Portionen, Zubereitung ca. 45 Minuten

500 g mehlige Erdäpfel

100 ml Milch, 70 g kalte Butter

Salz, Muskat

Erdäpfel in reichlich Wasser kochen, schälen und mit einem Stampfer zerdrücken. Milch aufkochen, mit Salz und Muskat abschmecken. Butter in kleine Stücke schneiden. Milch und Erdäpfel mit einem Kochlöffel vermischen, Butter einrühren.

Nährwert pro Portion

219 kcal; 3 g EW; 16 g Fett;
17 g KH; 1,4 BE; 41 mg Chol.

TIPP Frau Holle rät: Finger weg von rohen Hollerbeeren! Sie enthalten einen geringen Anteil an dem giftigen Glycosid Sambunigrin. Nur durch Erhitzen verlieren die Früchte an Giftigkeit.



Kalbsschnitzel mit Ricottafüllung, Kürbis und Holler

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

4 Kalbsschnitzel (je ca. 120 g)

2 EL Öl

Ricottafüllung:

100 g Ricotta

50 g Toastbrot

2 EL gemischte Kräuter
(gehackt)

Kürbis und Holler:

500 g Hokkaido

1 Knoblauchzehe

4 Schalotten

80 g Butter

100 ml Weißwein

150 ml Rindsuppe

100 g Hollerbeeren

1 EL Thymianblättchen

Salz, Pfeffer

1 Rohr auf 180°C vorheizen. Für den Kürbis Hokkaido entkernen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Knoblauch und Schalotten schälen und fein schneiden. Hokkaido, Knoblauch und die Hälfte von den Schalotten in der Hälfte von der Butter anbraten und weich dünsen (ca. 20 Minuten).

2 Für die Füllung Ricotta salzen und pfeffern. Toastbrot entrinde und in kleine Würfel schneiden. Ricotta, Toastbrot und Kräuter vermischen.

3 Kalbsschnitzel leicht klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Füllung auf den Schnitzeln verteilen, Schnitzel zusammenklappen und mit einem Zahnstocher fixieren. Schnitzel im Öl rundum anbraten und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 10 Minuten garen.

4 Inzwischen für den Holler übrige Schalotten in der restlichen Butter anschwitzen, mit Wein ablöschen und etwas einkochen lassen. Rind-

suppe zugießen und köcheln, bis die Flüssigkeit zur Hälfte eingekocht ist. Hollerbeeren und Thymian zugeben, aufkochen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5 Kürbis auf Tellern anrichten, Holler darüber verteilen, Schnitzel daraufgeben.

Nährwert pro Portion

516 kcal; 30 g EW; 32 g Fett;
25 g KH; 2,2 BE; 143 mg Chol.

WEINTIPP

Käuterwürzige Aromen und Mineralität machen den kräftigen Leithaberg DAC weiß aus dem Nordburgenland zum optimalen Begleiter dieser Fleischspeise.



Sago-Holler-Pudding

6 Portionen, Zubereitung ca. 50 Minuten,
zum Kühlen ca. 8 Stunden

Pudding:

- 200 ml Kokosmilch**
- 40 g Kristallzucker**
- 350 ml Wasser**
- 70 g Sago**

Schale von 1 Bio-Limette
(abgerieben)

- 200 g Hollerbeeren**
- 3 Blatt Gelatine**
- 1 Eiklar**

Holler-Kompott:

- 1 EL Maisstärke**
- 100 ml Orangensaft**
- 150 g Hollerbeeren**
- 30 g Kristallzucker**

1 Sechs Puddingförmchen (Inhalt ca. 100 ml) mit kaltem Wasser ausspülen. Kokosmilch, Zucker und Wasser aufkochen. Sago und Limettenschale zugeben. Sago unter Rühren köcheln, bis es glasig und breiig ist (ca. 20 Minuten). Hollerbeeren zugeben und ca. 5 Minuten köcheln.

2 Gelatine in kaltem Wasser einweichen, gut ausdrücken und in der Sago-Masse auflösen, Masse leicht abkühlen lassen.

3 Eiklar steif schlagen und vorsichtig unter die Sago-Masse heben. Masse in den Förmchen verteilen und mit Frischhaltefolie zugedeckt für ca. 8 Stunden kühl stellen.

4 Für das Kompott Stärke mit 2 EL vom Orangensaft verrühren. Hollerbeeren, restlichen Orangensaft und Zucker aufkochen. Stärkemischung einröhren, kurz köcheln und auskühlen lassen.

5 Holler-Kompott auf Tellern anrichten. Förmchen kurz in heißes Wasser stellen, Puddings auf das Kompott stürzen. Eventuell mit Sauerrahm und Minze garniert servieren.

Nährwert pro Portion
192 kcal; 4 g EW; 7 g Fett;
29 g KH; 2,4 BE; 0 mg Chol.



Shortbread mit Hollercreme

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 ½ Stunden,
zum Rasten ca. 2 Stunden

Füllung:

- 150 g weiche Butter**
- 60 g Kristallzucker**
- 200 g glattes Mehl**
- ½ TL Salz**
- 1 Pkg. Vanillezucker**
- Schale von 1 Bio-Zitrone**
(abgerieben)

Mehl, Kristallzucker

- 50 g Kristallzucker**
- 200 g Hollerbeeren**
- 250 g Topfen** (20 % Fett)
- 50 g Staubzucker**
- Saft und Schale von 1 Bio-Zitrone**
- 100 ml Schlagobers**

Mehl, Kristallzucker

1 Butter und Zucker verkneten. Mehl, Salz, Vanillezucker und Zitronenschale vermischen, nach und nach unter die Buttermasse kneten, bis ein geschmeidiger, nicht zu fester Teig entsteht. Teig ca. 2 Stunden kühl rasten lassen.

2 Rohr auf 150°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Teig kurz durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche 4 mm dick ausrollen. Daraus 16 Scheiben ausstechen (Ø 6 cm), mit einer Gabel mehrmals einstechen, mit Zucker bestreuen. Teigscheiben im Rohr (mittlere Schiene) goldgelb backen (ca. 30 Minuten). Herausnehmen, auskühlen lassen.

3 Für die Füllung Zucker karamellisieren. Hollerbeeren zugeben, ca. 5 Minuten schwenken und auskühlen lassen.

4 Topfen, Staubzucker, Zitronensaft- und schale verrühren. Obers leicht schlagen und unterheben, Hollerbeeren unterziehen. Füllung auf der Hälfte der Shortbreads verteilen, übrige daraufsetzen.

Nährwert pro Portion
837 kcal; 16 g EW; 44 g Fett;
94 g KH; 7,8 BE; 113 mg Chol.

KOCHSCHULE

Zucchini Kuchen



Keine Sorge, dieser Kuchen schmeckt eigentlich gar nicht nach Gemüse, vielmehr ist er eine süße Mehlspeise, die sich mittlerweile großer Beliebtheit erfreut. Sollten Sie dem Rezept skeptisch gegenüberstehen, so gibt es nur eine Möglichkeit: Probieren geht über studieren!

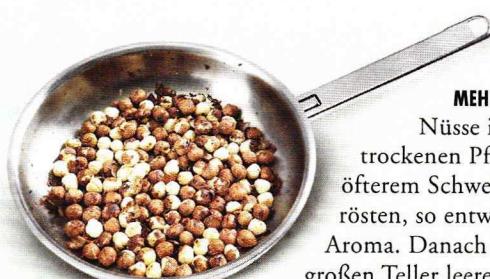
REZEPT: ALEXANDER KNAKAL | FOTOS: STEFAN LIEWEHR

GUT ZU WISSEN ...



PRAKTISCHE BACKMATTEN:

Früher hat man die Backbleche mit Butter bestrichen und mit Mehl ausgestreut. Einfacher ist es mit Backpapier, abfallfrei geht es mit den abwaschbaren und wiederverwendbaren Silikon-Backmatten. Erhältlich in Geschirrgeschäften.



MEHR GESCHMACK:

Nüsse in einer trockenen Pfanne unter öfterem Schwenken langsam rösten, so entwickeln sie mehr Aroma. Danach Nüsse auf einen großen Teller leeren, auskühlen lassen und reiben.



VERSIEBT: Mehl mit Backpulver und Zimt versieben, damit im Teig keine Klümchen entstehen. Außerdem wird so das Mehl lockerer, der Kuchen gelingt flaumiger.

VARIANTE:

Man kann für den Kuchen statt Zucchini Karotten verwenden. Karotten putzen, schälen, auf einer Küchenreibe grob raspeln und behutsam ausdrücken.



VORRAT: Zucchinikuchen halbieren, vierteln oder in Stücke schneiden, in Vorratsdosen geben, gut verschließen und in den Kühlschrank stellen. So hält er bis zu 5 Tage.

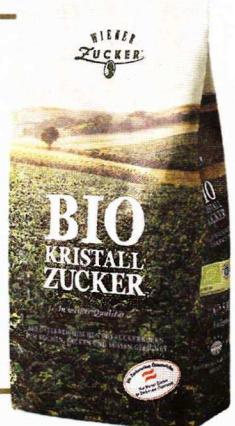


Kochschul-Tipp

Bio Kristallzucker



Bio Kristallzucker kann nach denselben Rezepturen wie Kristallzucker verwendet werden. Durch seine feine Körnung eignet er sich hervorragend zum Süßen von kalten und warmen Getränken, für Kompott, Fruchtsalat und feine Mehlspeisen. Der Klassiker in Bio Qualität.
www.wiener-zucker.at





Zucchinikuchen mit Nougatglasur

1 Kuchen (16 Stücke), Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Kühlen ca. 2 Stunden

300 g Universal Mehl

1 Pkg. Backpulver

60 g Haselnüsse (gerieben)

600 g Zucchini

4 mittlere Eier

**Schale von 1 Bio-Zitrone
(abgerieben)**

100 g Staubzucker

150 g Braenzucker

1 TL Vanillezucker

125 ml Sonnenblumenöl

Nougatglasur:

2 Blatt Gelatine

200 g dunkler Nougat

150 ml Schlagobers

80 g Marillenmarmelade

Salz, Zimt

1 Rohr auf 180°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Mehl mit Backpulver und $\frac{1}{2}$ TL Zimt versieben. Nüsse untermischen. Zucchini auf einer Küchenreibe grob raspeln.

2 Eier, 1 Prise Salz, Zitronenschale, Staub-, Braun- und Vanillezucker gut schaumig schlagen (Küchenmaschine ca. 5, Handmixer ca. 10 Minuten). Öl in dünnem Strahl unter Rühren zugeßen. Mehl-Nussmischung in die Masse rühren. Geraspelte Zucchini untermengen.

3 Kuchenmasse auf dem Blech verstreichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 Minuten backen. Kuchen aus dem Rohr nehmen und auskühlen lassen (ca. 1 Stunde).

4 Für die Glasur Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Nougat in kleine Stücke schneiden. Obers aufkochen, Nougat zugeben und unter Rühren auflösen. Mischung vom Herd nehmen,

Gelatine ausdrücken und darin auflösen. Glasur abkühlen lassen.

5 Marmelade durch ein Sieb streichen, aufkochen und auf den Kuchen streichen. Marmelade auskühlen lassen. Glasur gleichmäßig auf dem Kuchen verstreichen. Kuchen zum Festwerden der Glasur für ca. 1 Stunde kühl stellen.

Nährwert pro Stück

351 kcal; 6 g EW; 17 g Fett;
42 g KH; 3,5 BE; 62 mg Chol.

TIPP Zusätzlich kann man den Kuchen mit grob gehackten Nüssen (Macadamia, Cashews, Wal- oder Haselnüssen) garnieren. Minze- oder Melisseblätter bringen Farbe ins Spiel.

ZUCCHINIKUCHEN ZUBEREITEN



1 Zucchini auf einer Küchenreibe grob raspeln.



2 Eier, Salz, Zitronenschale, Staub-, Braun- und Vanillezucker Schaumig schlagen.



3 Öl in dünnem Strahl unter Rühren zugießen.



4 Mehl-Nussmischung in die Masse rühren.



5 Geraspelte Zucchini unterheben.



6 Masse auf dem Blech verstreicheln und backen.

FÜR DIE GLASUR



1 Gelatineblätter in kaltem Wasser einweichen.



2 Nougat in kleine Stücke schneiden.



3 Obers aufkochen, Nougat zugeben und unter Rühren auflösen.



4 Ausgedrückte Gelatine in der Nougatmischung auflösen. Glasur abkühlen lassen.

KUCHEN FERTIGSTELLEN



1 Marmelade durch ein Sieb streichen und aufkochen.



2 Kuchen mit der Marmelade bestreichen, Marmelade auskühlen lassen.



3 Glasur verstreicheln, Kuchen kühl stellen.



4 Kuchen portionieren und evtl. garnieren.

Kochschul-Tipp

Traditions-Mehl

Finis Feinstes

Das neue Traditions-Mehl aus Weizen & Hirse ist eine feine Komposition aus bestem, österreichischem Weizen- und Hirsemehl und lässt sich einfach anstelle von herkömmlichem Universal-mehl verwenden. Es verleiht sowohl süßen als auch pikanten Speisen einen besonders gehaltvollen Geschmack. Mehr Infos und Rezeptideen unter ...

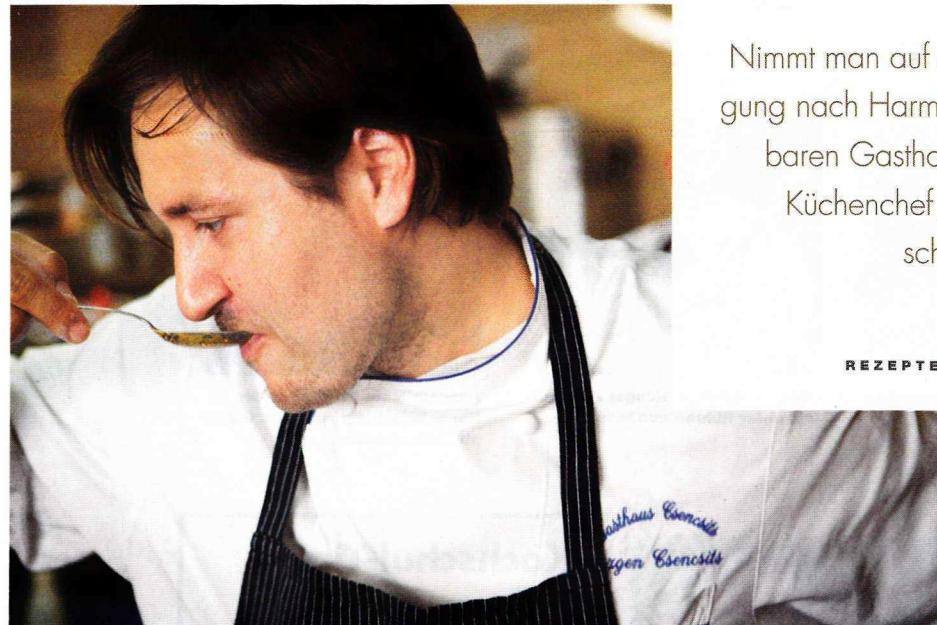
www.finis-feinstes.at





Wenn Profis kochen ...

Ein Menü von Jürgen Csencsits



ZEITPLAN

5 STUNDEN VORHER

- Suppe bis inkl. Punkt 4 zubereiten und zugedeckt beiseite stellen.
- Fischgang bis inkl. Punkt 2 vorbereiten. Fisch kühl stellen.
- Hauptspeise bis inkl. Punkt 2 zubereiten und kühl stellen.
- Dessert bis inkl. Punkt 2 zubereiten.

WENN DIE GÄSTE DA SIND

- Hauptspeise Punkt 3 zubereiten.
- Suppe und Sterz erwärmen und anrichten.

NACH DER SUPPE

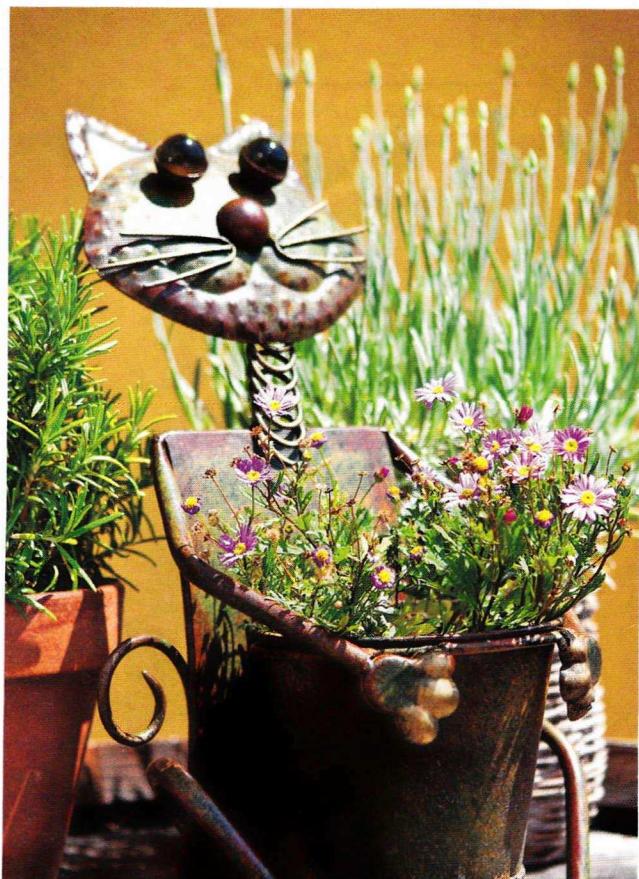
- Fisch Punkt 3 und 4 fertig stellen.

NACH DEM FISCHGANG

- Hauptspeise Punkt 4 bis 6 fertig stellen.

NACH DER HAUPTSPEISE

- Dessert fertig stellen.



Nimmt man auf der St. Kathreiner Landesstraße die Abzweigung nach Harmisch, kommt man unweigerlich zum wunderbaren Gasthaus Csencsits und sollte dort auch einkehren.

Küchenchef Jürgen Csencsits hat es im Eilzugtempo geschafft, sich in die Riege der Gourmetfixpunkte des Burgenlandes zu kochen.

REZEPTE: JÜRGEN CSENCITS | FOTOS: DIETER BRASCH



Frischkäsesuppe mit Bohnensterz

6 Portionen, Zubereitung ca. 90 Minuten

Suppe:

- 1 Schalotte**
- 1 Knoblauchzehe**
- 50 g Butter**
- 150 ml Weißwein**
- 600 ml Gemüsesuppe**
- 700 g Frischkäse**

Bohnensterz:

- 1 l Gemüsesuppe**
- 50 g Wachtelbohnen**
- 2 EL Schweineschmalz**
- 70 g feiner Weizengrieß**
- 70 g griffiges Mehl**
- 1 EL Dille (gehackt)**

Garnitur:

- 150 g Salatgurke**
- 125 g Sauerrahm**
- 1 kleine Knoblauchzehe**

Salz, Pfeffer

1 Für den Sterz Suppe aufkochen, Bohnen zugeben und weich köcheln (dauert ca. 1 Stunde). Bohnen in ein Sieb leeren, Suppe auffangen (sollte ca. 600 ml sein).

2 Für die Suppe Schalotte und Knoblauch schälen, klein schneiden und in der Butter anschwitzen. Mit Wein ablöschen und die Flüssigkeit einkochen. Suppe zugießen und ca. 10 Minuten köcheln. Frischkäse einrühren, Suppe pürieren, salzen und pfeffern.

3 Für den Sterz Schmalz erwärmen. Grieß und Mehl unter Rühren trocken goldbraun rösten (linden). Schmalz und Bohnen einröhren und kurz mitsrösten. Mit einem Drittel von der Suppe aufgießen und durchrühren, übrige Suppe nach und nach zugießen. Sterz dick einkochen, vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen. Dille unterrühren.

4 Für die Garnitur Gurke schälen, längs halbieren, Kerne entfernen. Gurke möglichst klein schneiden, salzen, kurz ziehen lassen und aus-

drücken. Gurke mit Rahm vermischen, mit Salz, Pfeffer und zerdrücktem Knoblauch würzen.

5 Ausstecher (\varnothing ca. 5 cm) in einen Suppenteller stellen, Sterz einfüllen und in den Ring drücken. Ring abheben, Sterz mit Rahmgurken garnieren. Diesen Vorgang mit den übrigen Zutaten wiederholen. Suppe zugießen und servieren.

Nährwert pro Portion
696 kcal; 18 g EW; 58 g Fett;
24 g KH; 2 BE; 131 mg Chol.

WEINTIPP

Zur Suppe sollten Sie ein Glas Welschriesling Selection vom Weingut Stubits aus Harmisch im Südburgenland probieren.

Zanderfilet im Speckmantel mit Kraut

4 Portionen, Zubereitung ca. 40 Minuten



300 g Zanderfilet
(mit Haut, ohne Gräten)

8 Scheiben Hamburger Speck
(dünn geschnitten)

2 TL Zitronensaft, 1 EL Olivenöl

120 ml Schweinsbratensaft

Garnitur:

12 kleine speckige Erdäpfel

400 g Weißkraut

4 EL Olivenöl

2 EL Schweineschmalz

*Salz, Meersalz, Pfeffer, Koriander,
Kümmel, Rosmarin*

1 Für die Garnitur Erdäpfel waschen und in der Schale bissfest kochen. Abseihen, abtropfen lassen und ein wenig flach drücken. Vom Kraut die groben Außenblätter entfernen, Kraut in 4 ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden, in Salzwasser überkochen, abseihen, abschrecken und abtropfen lassen.

2 Zanderfilet in 4 Stücke schneiden und mit je 2 Scheiben Speck eng umwickeln.

3 Erdäpfel im Öl anbraten, mit Rosmarin und Meersalz würzen. Kraut im Schmalz beidseitig braten, mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen.

4 Zanderfilets mit Salz, Pfeffer, Koriander und Zitronensaft würzen und im Öl beidseitig braten; dabei öfters mit Bratfett übergießen. Schweinsbratensaft erwärmen. Filets mit Kraut und Erdäpfeln anrichten und mit Bratensaft garniert servieren.

Nährwert pro Portion
505 kcal; 20 g EW; 35 g Fett;
28 g KH; 2,3 BE; 71 mg Chol.



WEINTIPP

Zum Zanderfilet empfiehlt sich ein Glas gut gekühlter Weißer Schiefer „S“ Eisenberg vom Weingut Schiefer aus Welgersdorf im Südburgenland.



Stubenkücken mit Schwammerlsauce

4 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde

2 Stubenkücken
(bratfertig: je ca. 400 g)

500 ml Hühnersuppe

Füllte:

3 Schalotten

50 g Butter

150 ml Milch

200 g Semmelwürfel
(getrocknet)

1 mittleres Ei

30 g gehackte Kräuter
(Majoran, Petersilie)

Sauce und Garnitur:

300 g Eierschwammerln

2 EL Olivenöl

1 EL Petersilie (gehackt)

30 g Kräuter (Petersilie,
Thymian, Majoran, Kerbel)

Salz, Pfeffer, Muskat,
Balsamico, Öl

1 Für die Fülle Schalotten schälen, klein schneiden und in der Butter anschwitzen. Milch zugießen, aufkochen und über die Semmelwürfel gießen. Masse mit Ei, Kräutern, Salz, Pfeffer und Muskat vermischen.

2 Für die Sauce Schwammerln putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Stubenkücken innen und außen salzen, pfeffern, mit der Semmelmasse füllen und eventuell mit Kuchenspagat binden.

3 Rohr auf 200°C vorheizen. Kücken in 5 EL Öl rundum anbraten (Brustseite zuerst), mit Suppe untergießen und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 40 Minuten braten; dabei öfters mit entstehendem Bratensaft übergießen.

4 Kücken aus der Pfanne nehmen und zugedeckt warm stellen. Bratensaft abseihen (sollte 200 ml sein; evtl. mit Suppe ergänzen oder einkochen).

5 Schwammerln im Öl anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Bratensaft zugießen, ein wenig einkochen und mit $\frac{1}{2}$ TL Balsamico und Petersilie verfeinern.

6 Von den Kücken den Spagat entfernen. Kücken halbieren, mit der Sauce anrichten und mit Kräutern garniert servieren.

Nährwert pro Portion

889 kcal; 47 g EW; 62 g Fett;
37 g KH; 3,1 BE; 240 mg Chol.

WEINTIPP

Zur Hauptspeise passt eine Eisenberg DAC Reserve Grenzer vom Weingut Csencsits aus Burg im Südburgenland.

TIPP Die Haut wird knusprig, wenn man das Küken in den letzten 20 Minuten der Bratzeit nicht mehr übergießt. Gar ist es, wenn man mit einem Spieß in die Beuge zwischen Brust und Keule sticht und heller, klarer Saft austritt.

Cremeschnitte mit Erdbeer-Uhudlersorbet

6 Portionen, Zubereitung ca. 1 Stunde, zum Kühlen ca. 3 Stunden



WEINTIPP

Zum Dessert sollten Sie ein Glas Eiswein Traminer vom Weingut Poller aus Höll im Südburgenland probieren.

4 Strudelteigblätter (120 g)

70 g Butter (zerlassen)

Vanillecreme:

2 Blatt Gelatine

1 Dotter

30 g Staubzucker

Mark aus ½ Vanilleschote

100 g Topfen (20 % Fett)

200 ml Schlagobers

Sorbet und Sauce:

600 ml Erdbeereis

2 EL Uhudler-Marmelade

200 ml Uhudler-Sekt

150 ml Erdbeersauce

Staubzucker

1 Für die Vanillecreme Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Dotter und Staubzucker schaumig rühren, Vanillemark und Topfen einrühren. 2 EL vom Obers aufkochen und vom Herd nehmen. Gelatine gut ausdrücken und im heißen Obers auflösen. Mischung in die Topfmasse rühren. Übriges Obers schlagen und unterheben. Vanillecreme für ca. 3 Stunden kühl stellen.

2 Rohr auf 170°C vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Teigblätter übereinander auf das Blech legen, dabei jede Schicht mit Butter bestreichen und Staubzucker darüber sieben. Teigblätter im Rohr (mittlere Schiene) ca. 12 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen und in Stücke brechen.

3 Erdbeereis mit Marmelade und Sekt glatt rühren und abwechselnd mit der Erdbeersauce in Sektgläser füllen. Sorbet mit Strudelteigblättern und Vanillecreme garnieren und mit Staubzucker bestreut servieren.

Nährwert pro Portion

453 kcal; 7 g EW; 25 g Fett;

45 g KH; 3,7 BE; 102 mg Chol.



DIE LOCATION

Aus dem ehemaligen unscheinbaren Dorfwirtshaus der Eltern wurde Schritt für Schritt ein Restaurant, mit auffälliger lila Fassade und gemütlichem Ambiente, der typische burgenländische Charakter blieb dabei erhalten.

DER KOCH

Seine Lehr- und Wanderjahre führten Jürgen Csencsit zwar nicht über die Grenzen des Burgenlands hinaus, dafür aber in den besten Betrieb des Landes, den Taubenkobel. Als langjähriger Sous- und Küchenchef von Walter Eselböck erkochte er sich die allerbesten Referenzen. Seit 2007 schwingt er nun im heimatlichen Gasthaus den Kochlöffel und versteht es blendend, Bodenständigkeit und Kreativität miteinander zu verbinden, ohne die Balance zu verlieren.



DAS ANGEBOT UND SERVICE

Auf der Speisekarte findet sich ein 4- bis 6-gängiges Menü (4 Gänge 44, 5 Gänge 48 und 6 Gänge 52 Euro). Dazu kommt eine Auswahl an klassischen Wirtshausgerichten sowie Tagesempfehlungen des Chefs. Fleischfreaks aufgepasst: Jeden Mittwoch ist Steak-Tag. Für Service und Wein ist Ehefrau Melanie mit ihrem Team verantwortlich. Neben einer kleinen internationalen Auswahl werden vor allem Weine aus der Umgebung angeboten.

GASTHAUS CSENCSITS
7512 Harmisch 13

T: 03366 77220; www.gasthaus-csencsits.at



RÖMERQUELLE®

belebt die Sinne

Jeder Schluck
pure Harmonie.



Wachau: Auf zu neuen Ufern

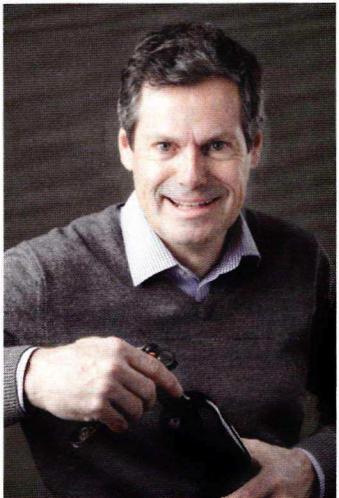


Foto: Stefan Lieven

Kann ein Weinweg auch ein Wasserweg sein? Klar kann er – in der Wachau. Bericht von einem, der das Kanu bestieg, um paddelnd das weniger bekannte Südufer der Wachau zu erkunden – und dort genussvolle Entdeckungen machte.

Fotos: Peter Blaß

Ich muss zugeben, dass mir bei dieser Unternehmung am Anfang ein wenig mulmig war. Nicht, dass ich etwas gegen Wasser hätte, im Gegenteil. Als passionierter Fliegenfischer fühle ich mich dort so richtig in meinem Element, und wenn ich auf der anderen Seite des Baches eine vielversprechende Stelle entdecke, lasse ich mich auch auf waghalsige Überquerungen ein. Aber die Donau ist nicht die Salza. Sie ist größer, viel größer, und es fahren richtig dicke Schiffe drauf, die richtig große Wellen machen. Doch unser „Bootsmann“ meinte, das sei alles halb so wild, und die Kinder hatten ohnehin Schwimmwesten an ... ja, die Kinder. Also ließen wir Kanu und Schlauchboot in Aggsbach zu Wasser mit dem Ziel, nach Rossatz hinunterzupaddeln und dort zu campieren.

Am Weg dorthin eröffnen sich nicht nur wunderschöne Wachau-Blicke, son-

dern auch eine Vielzahl von Gelegenheiten, anzulegen und Verpflegung zu „bunkern“ – nehme man sie alle wahr, würde die Schiffsspassage wohl eine Woche dauern... Und die erste Option ist schon da, bevor man überhaupt richtig Fahrt aufgenommen hat. Das lang gestreckte, gelbe Gebäude direkt an der Donau ist der Aggsteiner Hof. Ein traditionelles Wirtshaus mit einem schattigen Gastgarten und Stelzen als Hausspezialität. Das gibt Kraft für Ruderer und Radfahrer, die hier gerne einkehren, weil das Lokal auch am Donauufer-Radweg liegt. Wir aber paddeln weiter stromabwärts mit einer ordentlichen Geschwindigkeit, die man aber nur spürt, wenn man eine der fix verankerten Bojen passiert. Darum erreichen wir auch schon nach einer knappen halben Stunde Spitz mit dem berühmten Tausend-Eimer-Berg. Einer der schönsten Plätze, um diesen

Entdeckungen und Empfehlungen

BRÜNDLMAYER IM WEINGARTEN

Martin Schierhuber ist Chef des Heurigenhofs Bründlmayer in Langenlois, der in Wahrheit ein Gourmetlokal mit ausgezeichneter Küche und sensationeller (Bründlmayer-) Weinkultur ist. Letztere gibt es seit kurzem auch im kleinen

Weingarten-Heurigen gleich hinter dem Lokal und unterhalb des Loisiums. Dazu wählt man in einem „Baukasten-System“ kleine, feine Köstlichkeiten aus der Abteilung „sehr gute Heurigenjause“ – vom Kampftaler Bauchspeck über die Tafelspitzsulz im Glas bis zu den formidablen Käsen von Maître Antony.

Bründlmayer im Weingarten, 3550 Langenlois, Walterstraße 14, T: 02734 2883, www.heurigenhof.at

