

meine gute Landküche

Das
Original

LÄNDLICHER GENUSS & REGIONALE VIELFALT

November/Dezember 2021 4,95 €

Frohes Fest!

Köstliche Geschenke
aus der Küche

Knusprige Plätzchen
wie von Oma

Neue Rezepte für
vegetarische Aufläufe

Hirschbraten mit
Glühweinsoße
Seite 27

**Hausgemacht
schmeckt's am besten!**

- Menüs für Weihnachten
- Wintersalate • Partybrote
- Neue Ideen für Raclette
- Zu Gast im winterlichen Harz





#beebetter

Was haben Wildbienen mit einem Ausflug in die Natur zu tun?



“ Für mich gibt es nichts Schöneres als einen Sonntagsspaziergang durch blühende Obstbäume, Wiesen und Felder. Und die Wildbienen sorgen mit ihrer Bestäubung dafür, dass Früchte sowie Samen reifen und Vögel und Säugetiere ein reichhaltiges Nahrungsangebot finden. So sorgen die Wildbienen mit dafür, dass uns solch malerische Landschaften und der Artenreichtum auch in Zukunft erhalten bleiben. Was für eine große und wichtige Aufgabe für so kleine Tiere! ”

Marie-Luise Schebesta,
Chefredakteurin Mein schönes Land

Werden Sie Teil der großen Initiative zum Schutz der Wildbienen. Weitere Informationen auf beebetter.de

meine gute
Landküche



FISKARS



Es weihnachtet...



Aus der Küche duftet es nach frisch gebackenen Plätzchen, für den Adventschmuck liegen schon Kerzen, Tannenzweige und glänzende Kugeln bereit – in den Wochen vor Weihnachten stellt sich trotz aller Geschäftigkeit glücklicher-

weise immer wieder eine angenehme Ruhe ein. Die Vorfreude auf die Feiertage und das gesellige Zusammensein machen Lust darauf, Familie und Freunde mit kulinarischen Gaben zu verwöhnen. Lassen Sie sich von unseren Rezepten für festliche Menüs und für feine Geschenk-Ideen aus der Küche inspirieren! Ein schöne Adventszeit wünscht Ihnen Ihre

Susanne Peters

Redaktionsleitung

Haben Sie Fragen, Tipps oder Anregungen?
Schreiben Sie uns: meinegutelandkueche@burda.com



INHALT

ADVENT & WEIHNACHTEN

8 Himmlische Plätzchen

Mmh, wie das duftet! Backen stimmt uns auf die Weihnachtszeit ein und weckt Erinnerungen an die Kindheit

17 Festtags-Menü in drei Varianten

Putenrollbraten, Lachs und Gemüsetarte mit Aperitif, Vorspeisen, feinen Beilagen und Desserts

27 Zartes Wild mit raffinierter Soße

Unser Menü-Vorschlag vom Titel

28 Deko-Ideen in Grün und Rot

Stimmungsvolle Arrangements mit Tannengrün, Früchten & Kerzen

32 Geschenke aus der Küche

Eingelegtes, Aufstriche und andere Kleinigkeiten, die viel Freude bereiten

SAISON-REZEPTE

44 Heiß geliebt: Aufläufe

Wenn es draußen richtig kalt ist, schmecken vegetarische Aufläufe mit Kartoffeln, Spinat, Kohl, Linsen und Möhren besonders gut

54 Knackig & frisch: Wintersalate

Lassen Sie sich von raffinierten Kombinationen mit Gemüse, Früchten und Fleisch inspirieren

88 Aromatische Walnüsse

Sie sorgen als Kruste, Belag oder im Teig in süßen und pikanten Gerichten für geschmackvolle Abwechslung

TRADITION

40 Baumkuchen aus der Altmark

Seit 1807 wird das geschichtete Süßgebäck in Salzwedel gebacken

94 Leckerer fürs Raclette

Neue und originelle Rezept-Ideen für die kleinen Pfännchen



68 GOLDENES LEUCHTEN AUF DEM TELLER

Kurkuma verleiht süßen wie herzhaften Gerichten nicht nur ein besonderes Aroma – sie sorgt auch für eine schöne Färbung

54

Auch im Winter lässt die Auswahl an frischen Salaten keine Wünsche offen



Saftiger Schinken in Brotteig kommt bei Gästen immer gut an

78

58

Die schmecken großen und kleinen Genießern: zarte Teigtaschen mit würziger Füllung



„meine gute Landküche“ gibt es auch
als E-Paper. Infos dazu auf Seite 113



32 Landpastete, Rotwein-
Birnen, Kräuter-Pilze und
mehr zum Verschenken

8

Knusprig, knackig,
unwiderstehlich: Jetzt
wird der Plätzchenteller
wieder üppig gefüllt



MENSCHEN UNSERER HEIMAT

64 Schwäbische Traditionsnudel

Ein Besuch in der Pforzheimer
Maultaschen-Manufaktur von
Eva und Karl-Heinz Bäder

84 Landfrauenküche vom Feinsten

Ein leckeres Menü mit Äpfeln und
zartem Kalbsfilet aus der Schweizer
Koch-Serie „SRF bi de Lüt“

HAUSGEMACHT

58 Feine Fülle in zarter Hülle

Gekocht, gebraten, überbacken oder
in Brühe: Maultaschen lassen sich auf
unterschiedliche Weise zubereiten

68 Goldenes Leuchten auf dem Teller

Kurkuma schmeckt in Suppen, zu
Fleisch oder Fisch, Gemüse oder Reis,
in Marmelade, Kuchen oder Eis

78 Kross gebackene Partybrote

Köstlich gefüllte Leckerbissen, ganz
frisch aus dem Ofen

UNTERWEGS MIT LEIB UND SEELE

100 Winterreise durch den Harz

Rund um den Brocken und schöne
Welterbe-Städte lässt sich die fest-
liche Zeit ganz besonders genießen

AUSSERDEM

6 Aufgegabelt

76 Küchentipps

87 Marktplatz

110 Register

113 Was Süßes zum Schluss

114 Vorschau



Alle Rezepte auf einen Blick.

Das Register finden

Sie auf Seite 110

Für Sie entdeckt

Plätzchen, Liköre und festliche Menüs machen Weihnachten zum schönsten Fest des Jahres



Präge-Teigrolle

Insgesamt 24 weihnachtliche Motive schmücken die Teigrolle aus europäischem Buchenholz. Beim langsamen Rollen übertragen sich die 2 mm tiefen Prägungen gleichmäßig auf den ausgerollten Plätzchenteig. Die einzelnen Gebäckstücke werden dann mit einem Teigrad ausgeschnitten und gebacken. Auch für Marzipan oder Fondant geeignet. Im Online-shop unter www.hagengrote.de

Fruchtig und hochprozentig

Eine Prise Zimt verleiht dem „Wild Apfel-Likör“ der Brennerei Dotzauer aus Oberstreit die feinwürzige Note – perfekt für die bevorstehenden Festtage. Neben milden Likören brennt der Familienbetrieb auch Whisky, Gin und keltert erlesene Weine. Alle Produkte über den Onlineshop erhältlich.

Achim und Claudia Dotzauer,
Nahestraße 6–8, 55596 Oberstreit, ☎ 067 58/65 04,
www.brennerei-dotzauer.de



Gänse-Kochbuch vom Dithmarscher Geflügelhof *Rezepte rund um das liebe Federvieh*



Von Gänsebraten bis zur Asia-Suppe liefert das Kochbuch neue Ideen für tolle Gerichte (12,50 € plus Versand)



Dass die Gänse vom Dithmarscher Geflügelhof artgerecht gehalten werden, kann man laut Chef Lorenz Eskildsen nicht nur sehen, sondern auch schmecken. Ausreichend Auslauf an der frischen Luft sowie Fütterung mit besten Wiesenkräutern tragen dazu bei, dass der Braten so aromatisch schmeckt. Auf dem Hof wird die alte Landgänserasse namens „Dithmarscher Gans“ gehalten, die vor etwa 150 Jahren auf einem kleinen, eng begrenzten Landstrich zwischen Elbe und Eider in einem der traditionel-

len Gänsezuchtgebiete Deutschlands herausgezüchtet wurde. Ein weiteres Qualitätsmerkmal ist der sogenannte Trockenrumpf. Die Dithmarscher Gänse werden erst nach der Schlachtung von Hand gerupft, wodurch alle Aromastoffe, die sich direkt unter Haut befinden, erhalten bleiben. Im „Dithmarscher Gänsemarkt“ kann man zahlreiche Produkte rund um die Gans erwerben.

Dithmarscher Gänsemarkt,
Hauptstraße 1, 25693 Gudendorf,
☎ 048 59/445, www.gaensemarkt.de



Karamell aus Hessen

Zum Dahinschmelzen

Der Aromakünstler Thomas Niedermayer bezeichnet sich selbst als Genussmenschen, der seine Leidenschaft fürs Kochen und Backen schon in seiner Jugend entdeckte. Ein Besuch in einer kleinen englischen Manufaktur für Fudge (englisch für „Karamell-Konfekt“) weckte in ihm die Lust, die weiche Zuckerware selbst herzustellen. Beim Spiel mit den verschiedenen Zutaten – alle ohne Zusatzstoffe und frei von künstlichen Aromen – entstanden Kreationen wie „Pepper Gin Fudge“, „Orient Fudge“ oder „Grie Se7ven Fudge“. Außerdem gibt's im Onlineshop verschiedene Brotaufstriche mit süß-salziger Note.

Thomas Niedermayer, Bahnhofstraße 50, 63179 Obertshausen, ☎ 01 72 / 6 63 42 22, www.aromakuenstler.de



24 würzige Überraschungen



Hinter den einzelnen Tüchern des Just-Spices-Advents-kalenders verbergen sich neben köstlichen Gewürzmischungen weitere tolle Präsente. Im Lieferumfang enthalten ist ein Kochbuch mit „Rezepten unter 30 Minuten“, die natürlich alle mit den Gewürzen von Just Spices verfeinert werden. Wer einen kleineren Adventskalender bevorzugt oder verschenken möchte, greift auf die Variante mit 24 Gewürztütchen zurück. Rezeptkarten mit passenden Vorschlägen werden gleich mitgeliefert.

www.justspices.de



Lactose-Intoleranz?

Lactrase® 6000 aus der Apotheke

- Mini-Tabletten mit 6000 Einheiten im praktischen Klickspender
- Mit der millionenfach bewährten Sofort-Wirkung
- Top: 480er-Jumbo-Nachfüllpack! Ökologisch sinnvoll und Mini-Preis**

Seit 20 Jahren
die Nr.1*



Lactrase®

Milchprodukte unbeschwert genießen!

www.lactrase.de

* Meistverkaufte Marke im Segment Lactasepräparate Apoth./Einzelhdl.
** 39,95 € UVP.

Himmliche PLÄTZCHEN

Mmh, wie das duftet! Backen stimmt
uns auf die Weihnachtszeit ein und
weckt Erinnerungen an die Kindheit

Zitronen-Kokos-Stangen

Orangen-Sterne



Früchtebrot-Rolle

Stollen-Plätzchen

*Schwarz-
Weiß-Gebäck*

Verfeinert mit NÜSSEN & GEWÜRZEN

*Mandel-
Plätzchen*

*Haselnuss-
Plätzchen*

*Walnuss-
Plätzchen*

Rezepte Seite 13

Spekulatius

Für ca. 20 Stück

- 220 g Mehl
- 30 g gemahlene Haselnüsse
- 1 TL Backpulver • 80 g Zucker
- jeweils 1 Msp. Zimt, Nelken- und Kardamompulver
- 1 Ei • 125 g Butter

1. Das Mehl mit den gemahlenden Nüssen, Backpulver und den Gewürzen in einer Schüssel vermischen. Mit dem Ei und der Butter von Hand zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zur Rolle formen und in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kalt stellen.

2. Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

3. Die Teigrolle in ca. 20 Scheiben schneiden und die Scheiben nacheinander in kleine Holzmodel drücken. Danach den überstehenden Teig entlang der Model abschneiden, sodass nur die Vertiefungen ausgefüllt sind. (Alternativ den Teig ausrollen und Plätzchen ausstechen.)

4. Die Teigfiguren durch kräftiges Klopfen auf das Blech stürzen. Im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–10 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.



Ingwer-Rauten

Für ca. 25 Stück

- 125 g Butter • 170 g feiner Zucker
- 1 Ei • 1 Prise Salz • 1 TL gemahlener Ingwer
- 200 g Mehl • 50 g Speisestärke
- 1 TL Backpulver
- 80 g frischer Ingwer (in feine Streifen geschnitten) • 120 g Aprikosenmarmelade
- 150 g Schokoladenglasur

1. Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

2. Butter, 120 g Zucker, Ei, Salz, den gemahlenden Ingwer, Mehl, Stärke und Backpulver zu einem glatten Teig verkneten. Teig auf bemehlter Fläche ca. 3 mm dick ausrollen. Erst längs, dann quer in schräge Streifen schneiden. Die Teigrauten auf das Blech legen und im Ofen 11 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

3. Frischen Ingwer, übrigen Zucker und 2 EL Wasser im Topf ca. 3 Minuten köcheln lassen. Auf ein Sieb gießen, den Sirup auffangen.

4. Marmelade mit 3 EL Sirup im Topf ca. 1 Minute kochen lassen. Die Hälfte der erkalten Rauten damit bestreichen. Die übrigen Rauten daraufsetzen. Die Glasur im heißen Wasserbad schmelzen lassen, dann auf die Rauten streichen und mit den gekochten Ingwerstreifen belegen.



So wunderbar ZART & KNUSPRIG



Schoko-Makronen

Kokos-Makronen

Mokka-Makronen

Mandel-Plätzchen



Für ca. 12 Stück

- 200 g Mehl • 1 TL Backpulver
- 100 g gemahlene Mandeln
- 70 g Zucker • 150 g kalte Butter
- 1 Ei • 2 Eigelb • 2 EL Milch
- 48 halbierte, geschälte Mandeln
- 12 Pistazienkerne

1. Das Mehl mit Backpulver, Mandeln und Zucker mischen. Die Butter in Stücken, das Ei und 1 Eigelb zufügen, alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zur Kugel formen, in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

2. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals verkneten und ca. ½ cm dick ausrollen. Rechtecke (ca. 3 x 4 cm) ausschneiden, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen.

3. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

4. Übriges Eigelb mit Milch verrühren. Plätzchen damit bestreichen, mit Mandeln und Pistazien belegen. Im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–10 Minuten backen.

Haselnuss-Plätzchen



Für ca. 12 Stück

- 200 g Mehl • 1 TL Backpulver
- 100 g gemahlene Haselnüsse
- 70 g Zucker • 150 g kalte Butter
- 1 Ei • 1 Eigelb • 50 g Vollmilchglasur
- 12 Haselnusskerne

1. Mehl mit Backpulver, gemahlenen Nüssen und Zucker mischen.

Butter in Stücken, Ei und 1 Eigelb zufügen, alles zum glatten Teig verkneten. Zur Kugel formen, in Folie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals verkneten und ca. ½ cm dick ausrollen. Ovale oder beliebige Formen ausstechen, auf das Blech legen. Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–10 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

4. Glasur nach Packungsangabe im Wasserbad erwärmen. Je 1 Klecks auf die Plätzchen geben, mit je 1 Haselnusskern belegen.

Walnuss-Plätzchen



Für ca. 12 Stück

- 200 g Mehl • 1 TL Backpulver
- 100 g gemahlene Walnüsse
- 70 g Zucker • 150 g Butter • 1 Ei
- 1 Eigelb • 50 g Vollmilchglasur
- 12 Walnusshälften

1. Mehl mit Backpulver, gemahlenen Nüssen und Zucker mischen. Die Butter in Stücken, das Ei und 1 Eigelb zufügen, alles zu einem glatten Teig verkneten. Zur Kugel formen, in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kühl stellen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmals verkneten und ca. ½ cm dick ausrollen. Kreise ausstechen, auf das Blech legen. Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–10 Minuten backen. Abkühlen lassen.

4. Die Glasur nach Packungsangabe im Wasserbad erwärmen. Jeweils 1 Klecks auf die Plätzchen geben und mit jeweils 1 Walnusskern belegen.

Schoko-Makronen



Für ca. 15 Stück

- 2 Eiweiß • 1 Spritzer Zitronensaft • Salz
- 80 g Puderzucker • 30 g Mehl
- 125 g gemahlene Haselnüsse
- 50 g geriebene Zartbitter-Schokolade & 2 EL zum Garnieren
- ca. 15 Backoblaten (ø 4 cm)

1. Das Eiweiß mit Zitronensaft und einer Prise Salz sehr steif schlagen. Puderzucker und Mehl sieben und unterheben. Dann die gemahlenen Nüsse und die geriebene Schokolade unterheben.

2. Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 140 Grad) vorheizen. Ein Backblech fetten.

3. Die Oblaten auf das Blech legen. Makronenmasse in einen Spritzbeutel mit Loch oder Spritztülle füllen und auf die Oblaten spritzen. Zum Garnieren je etwas geriebene Schokolade in die Mitte setzen.

4. Dann die Makronen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 20–30 Minuten hell backen, bis sie schön knusprig sind. Dann herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Kokos-Makronen



Für ca. 15 Stück

- 2 Eiweiß • 1 Spritzer Zitronensaft • Salz
- 80 g Puderzucker • 30 g Mehl
- 125 g geröstete Kokosraspel & 2 EL zum Garnieren
- ca. 15 Backoblaten (ø 4 cm)

1. Das Eiweiß mit Zitronensaft und eine Prise Salz sehr steif schlagen. Puderzucker und Mehl durchsieben und unterheben. Kokosraspel unterheben.

2. Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 140 Grad) vorheizen. Ein Backblech fetten.

3. Oblaten auf das Blech legen. Die Makronenmasse in einen Spritzbeutel mit Loch oder Spritztülle füllen und auf die Oblaten spritzen. Zum Garnieren je einige Kokosraspel über die Makronen streuen.

4. Dann die Makronen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 20–30 Minuten hell backen, bis sie schön knusprig sind. Die Makronen herausnehmen und auf einem Gitter auskühlen lassen.

Mokka-Makronen



Für ca. 15 Stück

- 2 Eiweiß • 1 Spritzer Zitronensaft • Salz • 80 g Puderzucker
- 30 g Mehl • 125 g gemahlene Mandeln • 1–2 TL lösliches Espressopulver • ca. 15 Backoblaten (ø 4 cm) • Mokka-Bohnen zum Garnieren

1. Das Eiweiß mit Zitronensaft und einer Prise Salz sehr steif schlagen. Puderzucker und Mehl sieben und unterheben. Dann die gemahlenen Mandeln und das Espressopulver unterheben.

2. Den Backofen auf 160 Grad (Umluft 140 Grad) vorheizen. Ein Backblech fetten.

3. Oblaten auf ein Blech legen. Die Makronenmasse in einen Spritzbeutel mit Loch oder Spritztülle füllen und auf die Oblaten spritzen. Jeweils einige Mokka-Bohnen auf die Makronen setzen.

4. Die Makronen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 20–30 Minuten hell backen. Auf einem Gitter auskühlen lassen.

Zitronen-Kokos-Stangen



Für ca. 25 Stück

- 125 g weiche Butter
- 125 g Zucker
- Abrieb von 2 Bio-Zitronen
- 1 Prise Salz • 2 Eier • 250 g Mehl
- 30 g Zitronat (fein gehackt)
- 80 g Kokosraspel
- 100 g Puderzucker
- 2–3 EL Zitronensaft

1. Butter, Zucker, die Hälfte der abgeriebenen Zitronenschale und Salz sehr schaumig rühren. Eier nacheinander unterrühren. Mehl und Zitronat zugeben und alles zum glatten Teig verkneten.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

3. Den Teig in einen Einweg-Spritzbeutel füllen, die Spitze abschneiden, sodass eine Öffnung von 1 cm entsteht. Ca. 5 cm lange Streifen mit etwas Abstand auf das Blech spritzen und mit Kokosraspeln bestreuen. Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 12–15 Minuten hellgelb backen. Auf einem Gitter abkühlen lassen.

4. Den Puderzucker mit Zitronensaft verrühren und die Glasur mit einem Löffel streifig über die Plätzchen verteilen. Mit dem übrigen Zitronenabrieb bestreuen und die Glasur fest werden lassen.

Orangen-Sterne



Für ca. 30 Stück

- 250 g weiche Butter
- 125 g Zucker • 2 Eier • 1 Prise Salz • Abrieb von 1 Bio-Orange
- 5 EL Orangensaft • 40 g Orangeat (fein gehackt) • 450 g Mehl
- 100 g Orangen-Marmelade

1. Butter und Zucker sehr schaumig rühren. Eier, Salz, Orangensaft und -saft sowie 20 g Orangeat unterrühren. Mehl zugeben und alles mit den Händen zum glatten Teig verkneten. Den Teig zur Kugel formen, in Folie gewickelt mind. 3 Stunden kalt stellen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

3. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals durchkneten und dann ca. 4 mm dünn ausrollen. Jeweils gleich viele große und kleine Sterne ausstechen und auf das Blech legen. Die Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–12 Minuten goldbraun backen. Auf einem Gitter abkühlen lassen.

4. Marmelade kurz aufkochen. Die großen Sterne mit der Marmelade einstreichen und jeweils einen kleinen Stern daraufsetzen. Die kleinen Sterne ebenfalls mit Marmelade bestreichen und mit dem übrigen Orangeat bestreuen.

Schwarz-Weiß-Gebäck



Für ca. 30 Stück

- 250 g Mehl • 1 TL Backpulver
- 125 g Zucker • Salz
- 1 Ei • 125 g weiche Butter
- 1 EL Kakao • 1 Eiweiß

1. Mehl mit Backpulver in eine Schüssel sieben. Zucker, eine Prise Salz, Ei und Butter zugeben. Alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zum glatten Teig verarbeiten.

2. Den Teig mit den Händen durchkneten, halbieren, Kakao unter eine Hälfte kneten. Beide Teige in Folie gewickelt 30 Minuten kalt stellen.

3. Beide Teige je 1 cm dick zum Rechteck (12 x 15 cm) ausrollen. Eiweiß verquirlen, hellen Teig damit bestreichen. Dunklen Teig auflegen, beide Lagen von der Längsseite aufrollen, 45 Minuten kalt stellen.

4. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

5. Die Rolle in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden, auf das Blech legen. Im Ofen auf der 2. Schiene von unten 10–12 Minuten backen.

Früchtebrot-Rolle



Für ca. 30 Stück

- 400 g Mehl • 1 EL Lebkuchengewürz • 1 Würfel Hefe (42 g)
- 200 ml lauwarme Milch • 1 Ei
- 4 EL Öl • 3 EL flüssiger Honig
- je 50 g getrocknete Aprikosen, getrocknete Äpfel & getrocknete Kirschen (klein geschnitten)
- 50 g gehackte Mandeln

1. Mehl und Gewürz mischen, in die Mitte eine Mulde drücken, die Hefe hineinbröckeln. 50 ml Milch zugeben, etwas verrühren. Zugedeckt 15 Minuten gehen lassen.

2. Übrige Milch, Ei, Öl und Honig zugeben und alles glatt verkneten. Früchte und Mandeln mischen, unterkneten. Abgedeckt 50 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

4. Teig auf bemehlter Arbeitsfläche gut durchkneten, zur Rolle formen. In 1 cm dicke Scheiben schneiden, diese auf das Blech legen. Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–12 Minuten backen.

Stollen-Plätzchen



Für ca. 30 Stück

- 20 g frische Hefe • 125 ml lauwarme Milch • 250 g Mehl
- 50 g Zucker • 50 g Mandeln
- 25 g Zitronat • 25 g Orangeat
- 60 g Rosinen • 60 g flüssige Butter

1. Hefe in Milch auflösen. Mehl mit Zucker in einer Schüssel mischen, in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe-Milch-Mischung hineingeben, einen Teil des Mehls mit der Milch zum dickflüssigen Teig verrühren. Zugedeckt am warmen Ort 15 Minuten gehen lassen.

2. Mandeln, Zitronat und Orangeat fein hacken. Mit Rosinen und Butter zum Vorteig geben. Alles zum glatten Teig verkneten. Zugedeckt 40 Minuten gehen lassen.

3. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

4. Teig nochmals durchkneten, zur Rolle formen, dann in 1 cm dicke Scheiben schneiden und diese auf das Backblech legen. Plätzchen im Ofen auf der 2. Schiene von unten 8–12 Minuten backen.

Plätzchenteig kühlen

Vor allem Mürbeteig liebt kalte Temperaturen. Gekühlt ist der Teig homogener und lässt sich besser formen. Das Mehl hat Zeit, die Feuchtigkeit im Teig zu binden und die Zucker-kristalle langsam zu lösen. Optimal für die Verarbeitung ist eine Temperatur von etwa 12 Grad. Zum Ausrollen oder Formen holt man den Teig etwa 20 Minuten vorher aus dem Kühlschrank. Weiche Rühr- oder Hefeteige lassen sich dagegen viel besser zimmerwarm verarbeiten.

Mit dem vielfältigen Dekorsortiment von
Dr. Oetker bringen Sie Schwung in Ihre Weihnachts-
bäckerei – lassen Sie sich inspirieren

Was für ein Fest

Drip-Cake-Plätzchen

Für ca. 25 Stück

Für den Teig:

- 200g Weizenmehl • ½ gestr. TL Dr. Oetker Original Backin
- 50g Dr. Oetker gemahlene Mandeln • 50g Zucker
- 1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker • 10–12 Tropfen Dr. Oetker Bittermandel-Aroma • 1 Pr. Salz • 1 Ei (Größe M)
- 100g weiche Butter oder Margarine • 1 EL Milch • Backpapier für das Backblech

Zum Verzieren:

- Etwa 100g Dr. Oetker Kuvertüre fix Zartbitter
- Dr. Oetker Zucker Streusel • Dr. Oetker Winter Streu Dekor

1. Vorbereiten

Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen. Ober-/Unterhitze: etwa 200 °C, Heißluft: etwa 180 °C

2. Mürbeteig zubereiten

Mehl mit Backin in einer Rührschüssel mischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem glatten Teig verkneten. Falls der Teig klebt, kurz kalt stellen. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche knapp 1/2 cm dünn ausrollen. Jeweils 25 runde Plätzchen in drei verschiedenen Größen (z. B. 2,5 cm, 3 cm, 4 cm) ausstechen, auf das Backblech legen und backen.

Einschub: Mitte, Backzeit: etwa 10 Min. Plätzchen mit dem Backpapier auf einen Kuchenrost ziehen und erkalten lassen.

3. Verzieren

Kuvertüre fix im Wasserbad nach Packungsanleitung schmelzen. Mit einem Teelöffel kleine Kleckse auf die großen Plätzchen geben, sodass die Kuvertüre am Rand heruntertropft. Die mittleren Plätzchen darauf legen, ebenfalls mit Kuvertüre verzieren und zum Schluss die kleinen Plätzchen aufsetzen. Nach Belieben Zucker Streusel und Winter Streu Dekor auf die Drip-Cake-Plätzchen streuen, bevor die Kuvertüre fest wird.

Weitere tolle Rezept- und Dekorideen unter www.oetker.de

Wenn der Duft von Plätzchen in der Luft liegt und ein Lachen aus der Küche zu hören ist – dann wird ziemlich sicher mit Dr. Oetker gebacken! Denn neben guten Zutaten gibt es hier ein vielfältiges Dekorsortiment, mit dem selbst Hobby-Bäcker ihre Kekse in kleine Kunstwerke verwandeln. Backen Sie mit Ihren Liebsten doch mal die angesagten Drip-Cake-Plätzchen, verziert mit Zartbitter Kuvertüre, bunten Zucker Streuseln und Winter Streu Dekor. Unser Tipp: In gut schließenden Dosen bleibt das Gebäck etwa 3 Wochen frisch. Auch saftige Schokoladenmakronen oder ein leckeres Marzipan-Spekulatiuskonfekt können Sie mit Dr. Oetker zaubern und dabei Schoko Tröpfchen, Lübecker Marzipan Rohmasse oder Mohn Back verwenden. Viel Spaß beim kreativen Backen und Verzieren!

Kreative Backstube

Drip Cakes, also Torten und Kuchen mit einer hübsch verlaufenden Schokoladenglasur, den sogenannten „Drips“, sind absolut im Trend. Ein Highlight auf Ihrer weihnachtlichen Kaffeetafel sind diese süßen, kleinen Drip-Cake-Plätzchen. Die knusprigen Mandelkekse werden mit der zart verlaufenden Kuvertüre fix Zartbitter gestapelt. Anschließend können Sie die Plätzchen mit Dr. Oetker Zucker Streuseln und Winter Streu Dekor nach Herzenslust bestreuen und verzieren.

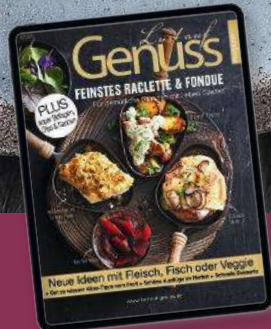


Jetzt entdecken
Mit dem Dekorsortiment von Dr. Oetker werden Ihre Backkreationen kleine Meisterwerke





Foto: StockFood Studios/Thorsten Suedfels



Auch als E-Paper!

**Lust auf
Genuss**
Das Besondere erleben.

www.lust-auf-genuss.de

 www.facebook.com/lustaufgenuss

 www.instagram.com/lust_auf_genuss_official/



Jetzt an der Kasse Ihres Supermarktes
oder unter www.burda-foodshop.de

FESTTAGS-MENÜ

in drei Varianten

Weihnachten will auch kulinarisch gebührend gefeiert werden.

Alle, die noch unschlüssig sind, was sie ihren Lieben an diesen besonderen Tagen auf-tischen möchten, finden unter diesen drei gut vorzubereitenden Menüs sicher das passende Festessen



Mit feiner Füllung

Aperitif: Winter-Martini

Hauptgericht: Im zarten Puten-Rollbraten steckt eine fruchtig-würzige Mischung aus getrocknetem Obst und Kalbsbrät.

Vorspeisen: Wählen Sie zwischen einer schottischen Fischsuppe und knusprigen Brotblumen – oder nehmen Sie beides.

Beilagen: Zum Braten reichen wir knackige Erbsen & Bohnen mit Haselnüssen und als Alternative sahnigen Wirsing.

Dessert: Das Marzipan in der Lebkuchen-Mousse sorgt für eine herrliche Harmonie mit den Punschkirschen.



Frische Aromen

Aperitif: Tee Spritz

Hauptgericht: Das Lachs-Filet mit Kräuterkruste bringt Leichtigkeit auf den Tisch und ist zudem auch noch schnell fertig.

Vorspeisen: Sellerie-Cremesuppe in zwei Farben mit Croûtons oder Pilz-Ravioli mit Balsamico-Schalotten.

Beilagen: Bratkartoffeln mit Parmesan setzen kräftige Akzente zum Fisch. Dazu passen auch die Beilagen vom Fleischmenü.

Dessert: Weihnachtliche Gewürze erfreuen den Gaumen im cremigen und liebevoll zubereiteten Lebkuchen-Tiramisu.



Edel vegetarisch

Aperitif: Kir Quitte

Hauptgericht: Die köstliche Gemüse-Tarte mit bunter Bete und Ricotta-Bällchen ist auch optisch ein Genuss.

Vorspeisen: Eine samtige Süßkartoffelsuppe mit Kokos und ein Radicchio-Birnen-Salat stehen hier zur Auswahl.

Beilage: Frischem Rosenkohl verleiht hier die extrawürzige Marmite-Butter einen ganz besonderen Geschmack.

Dessert: Kokosmilch, weiße Schokolade und frische Ananas sind die besonderen Zutaten der sahnigen Vanillecreme.

*Putenrollbraten
mit Wirsing*

FRUCHTIG & DEFTIG
aufs Feinste kombiniert

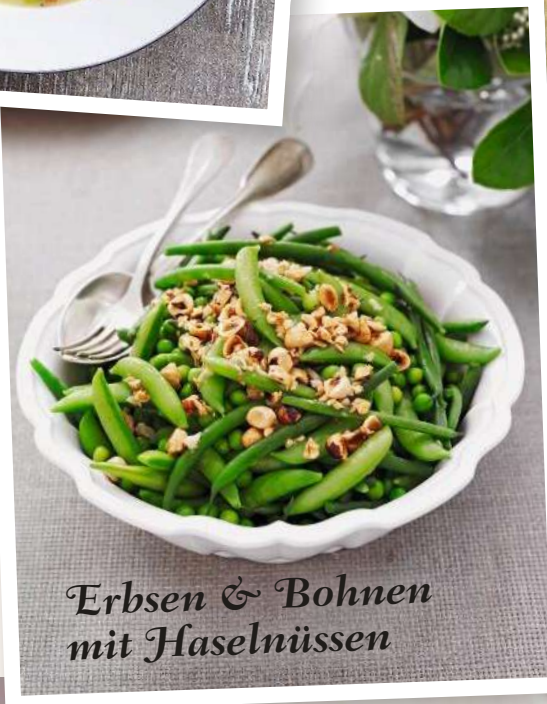
Brotblumen



Schottische Fischsuppe



*Erbsen & Bohnen
mit Haselnüssen*



Winter-Martini



Für 6 Gläser 6 Zweige Rosmarin abbrausen, dann mit Zucker bestreuen und trocknen lassen. 120 ml Gin mit 1 l Clementinen- oder Mandarinen-saft mischen. Cocktailgläser mit dem Glasrand erst in Zitronensaft, dann in Kokosraspel tauchen. Erst Eiswürfel in die Gläser geben, dann den Saft-Mix einfüllen. Aperitif mit den Rosmarin-zweigen servieren. Für eine alkoholfreie Variante den Gin durch Zitronentee ersetzen.

*Lebkuchen-Mousse
mit Punschkirschen*



Rezepte Seite 24

*Lachsfilets
mit Kräuter-
kruste*



Fotos: burdafood.net/Maike Jessen, StockFood/Bauer Syndication/Eising Studio-Food Photo & Video (2)/Immediate Media/Good Food/StockFood Studios/Mathias Neubauer

Erfrischende Aromen zum
WÜRZIGEN FISCH



*Sellerie-
Cremesuppe*



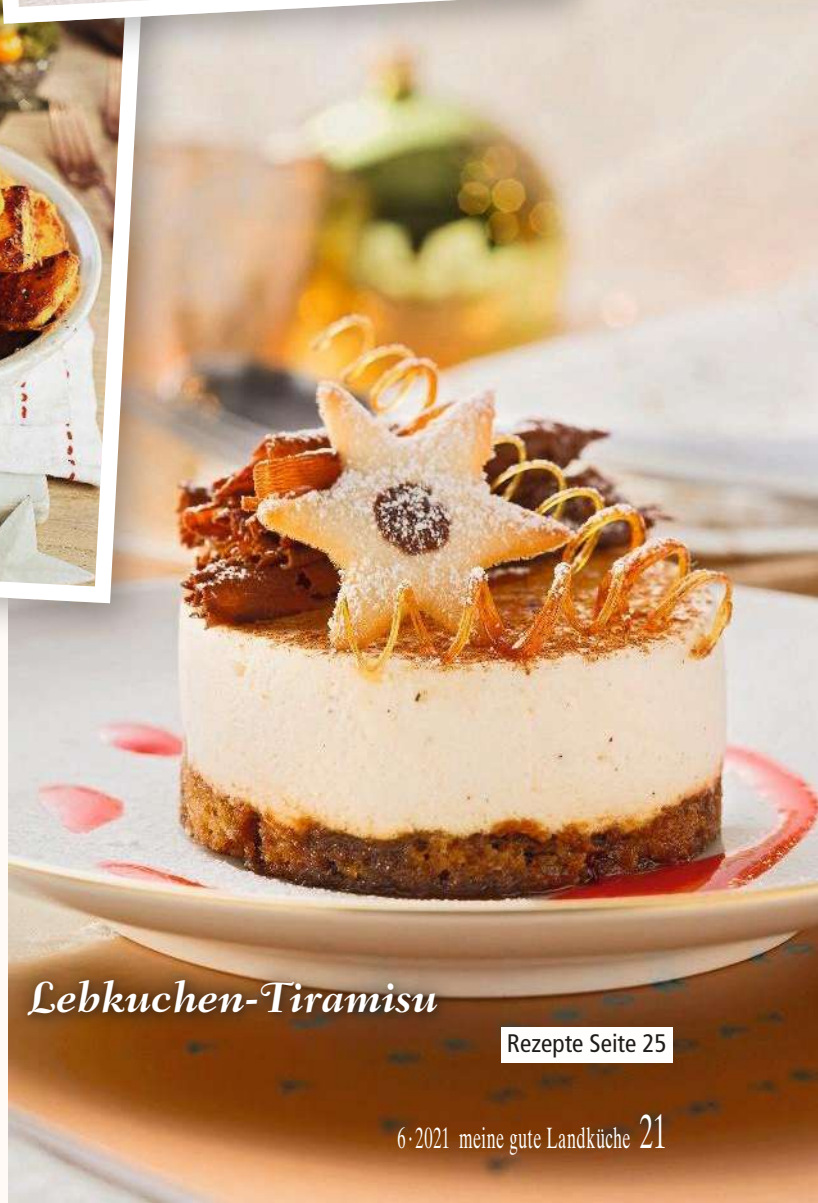
*Pilz-Ravioli mit
Balsamico-Schalotten*

*Bratkartoffeln
mit Parmesan*



Tee Spritz

Für 6 Gläser 400 ml Wasser aufkochen, 2 EL Earl-Grey-Tee darin ca. 5 Minuten ziehen lassen. Abseihen, mit 4 EL Zucker süßen und dann zu Eiskwürfeln gefrieren. 50 g Ingwer in Zuckersirup abtropfen lassen, hacken. Mit je $\frac{1}{2}$ TL Zuckersirup und den Tee-Eiskwürfeln auf gekühlte Gläser verteilen. Mit Sekt oder Gingerale auffüllen. 200 ml Orangensaft und 3 TL Grenadinesirup angießen.



Lebkuchen-Tiramisu

Rezepte Seite 25

WINTERGEMÜSE *edel & vielseitig zubereitet*



*Gemüse-Tarte
mit bunter Bete*

*Süßkartoffel-
Kokos-Suppe*



Kir Quitte

Für 6 Gläser 1 Bio-Zitrone heiß abbrausen, trocken reiben. Die Schale mit einem Sparschäler zu einem möglichst langen Streifen abziehen. Diesen in Stücke oder dünne Streifen schneiden und in die Gläser geben. Insgesamt 60 ml Quittenlikör (oder Orangenlikör), 200 ml Quittensaft und 6 Zimtstangen auf die Gläser verteilen. Mit 1 Flasche kaltem Sekt auffüllen.



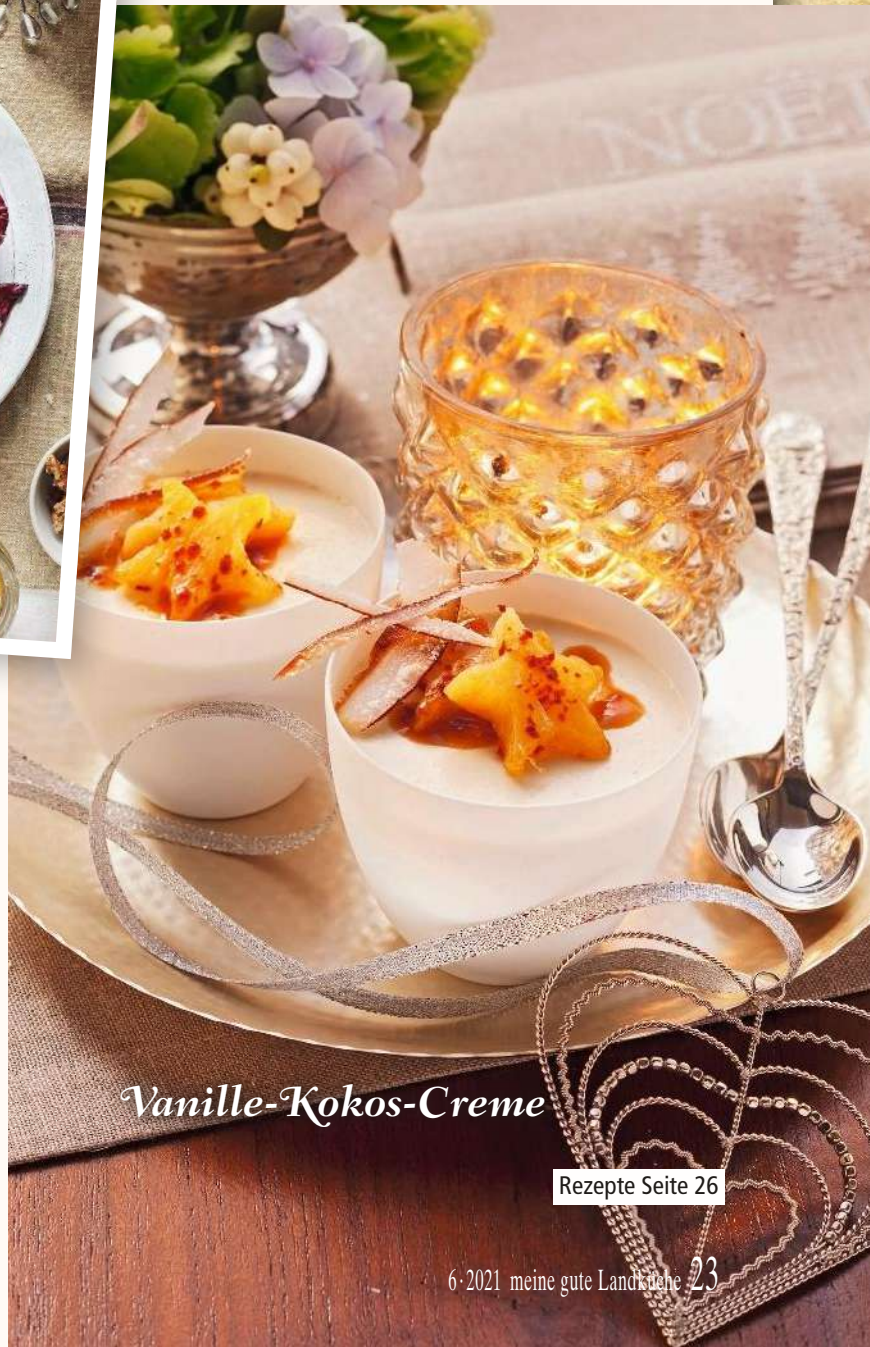
*Radicchio-Salat
mit Birnen*



*Rosenkohl mit
Marmite-Butter*



Vanille-Kokos-Creme



Rezepte Seite 26

Puten-Rollbraten mit Wirsing



Für 4 Portionen

Für den Braten:

- 1 Putenbrust (ca. 1,8 kg)
- 1 Zwiebel • 1 Handvoll glatte Petersilie • 1 EL Butter • Salz, Pfeffer
- 100 g getrocknete Aprikosen
- 100 g Trockenpflaumen
- 50 g getrocknete Cranberrys
- 4 ungebrühte Kalbsbratwürste (das Brät) • 2 EL Butterschmalz
- 400 g Geflügelfond • 100 g Sahne

Für den Wirsing:

- 700 g Wirsing • 150 g Zwiebeln
- 2 EL Butter • 200 ml Geflügelfond • 300 g Sahne • Muskat

1. Ofen auf 200 Grad vorheizen. Fleisch abbrausen, trocken tupfen, eine tiefe Tasche hineinschneiden. Zwiebel schälen, fein würfeln. Petersilie abbrausen, trocken schütteln, hacken. Zwiebeln in heißer Butter andünsten. Petersilie zufügen, salzen, pfeffern. In eine Schüssel geben.

2. Aprikosen, Pflaumen und Cranberrys klein schneiden, mit dem Zwiebel-Kräutermix mischen. Das Brät unterkneten, salzen, pfeffern. Putenbrust damit füllen, mit mehreren Holzspießen verschließen und mit Küchengarn zunähen.

3. Butterschmalz im großen Bräter erhitzen, Fleisch rundherum anbraten. Fond zugießen. Zugedeckt im Ofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 45 Minuten garen. Offen ca. 30 Minuten weitergaren.

4. Das Fleisch herausnehmen und in Alufolie einschlagen. Bratensud mit Sahne ablöschen und etwas einköcheln lassen, abschmecken.

5. Den Wirsing in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln abziehen, würfeln, in der zerlassenen Butter andünsten. Wirsing zufügen, unter Rühren ca. 4 Minuten mitdünsten. Den Fond und die Sahne angießen, ca. 5 Minuten weiter köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Schottische Fischsuppe



Für 4 Portionen

- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 200 g Knollensellerie • 2 Stangen Porree • 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe • 2 EL Butter • 800 ml Gemüsebrühe • 200 ml Milch • je 1 EL gehackter Thymian & Petersilie
- 300 g Stremellachs • 100 g kleine Garnelen (gegart) • Salz Pfeffer • Muskat

1. Kartoffeln und Sellerie schälen, abbrausen und würfeln. Porree abbrausen, putzen, in Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken.

2. Zwiebel in heißer Butter glasig schwitzen. Kartoffeln und Sellerie zufügen, mitdünsten. Knoblauch zufügen, 1–2 Minuten mitdünsten. Brühe und Milch angießen, alles ca. 20 Minuten köcheln lassen. Einige Kartoffelstücke herausnehmen, beiseitestellen. Suppe pürieren, würzen. Dann erhitzen, Porree zufügen, ca. 5 Minuten köcheln lassen.

3. Lachs in die Suppe bröckeln, Kartoffelstücke und Garnelen zufügen, kurz heiß werden lassen. Die Suppe abschmecken, mit Petersilie garniert servieren.

Brotblumen



Für 6–8 Stück

- 10 g Hefe • 125 ml warme Milch
- 500 g Mehl • 1 Ei • 1 TL Zucker
- 125 g Joghurt • 50 ml Pflanzenöl
- 12 g Salz • ½ TL Pfeffer • 1 Ei
- 1 EL Milch • Schwarzkümmel
- 100 g Salami (in Scheiben)

1. Die Hefe in der Milch auflösen. Das Mehl in eine Schüssel sieben, Ei, Zucker, Joghurt und Öl zufügen und untermengen. Hefemilch untermischen. Salz und Pfeffer zufügen, alles zum weichen Teig verarbeiten. Teig mit Frischhaltefolie bedeckt ca. 1 Stunde ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

2. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche rechteckig (ca. 40x42 cm) 3–4 mm dick ausrollen, 6–8 Kreise (ø ca. 7 cm) ausstechen. Übrigen Teig in ca. 6 mm breite Streifen schneiden, ggf. noch etwas ausrollen.

3. Ofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen. Teiglinge darauf mit Abstand verteilen. Je 3 Teigstreifen blütenartig darauf legen, dabei nach oben im Umfang etwas kleiner werden. Übrigen Teig zu kleinen Kugeln formen und in die Mitte setzen. Nochmals ca. 15 Minuten gehen lassen.

4. Ei mit der Milch verquirlen, Teig damit bestreichen, mit Schwarzkümmel bestreuen. Brotblumen im Ofen in 15–20 Minuten goldbraun backen. Abkühlen lassen, lauwarm oder kalt mit Salami servieren.

Erbsen & Bohnen mit Haselnüssen



Für 4 Portionen

- 40 g Haselnüsse
- 400 g grüne Bohnen (TK)
- 250 g Zuckerschoten (TK)
- Salz • 250 g Erbsen (TK)
- 1 Knoblauchzehe • 2 EL Butter • Pfeffer

1. Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, abkühlen lassen, grob hacken.

2. Bohnen und Zuckerschoten putzen und abbrausen. Die Bohnen in reichlich Salzwasser ca. 5 Minuten garen. Die Erbsen zufügen und 1–2 Minuten mitkochen, dann die Zuckerschoten zufügen und noch

ca. 2 Minuten mitkochen, bis das Gemüse gar ist. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3. Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem Topf in der Butter hell anschwitzen. Das Gemüse zugeben und kurz mitgaren, salzen und pfeffern. Abschmecken, in eine Schüssel geben und mit den Haselnüssen bestreuen.

Lebkuchen-Mousse mit Punschkirschen



Für 4–6 Portionen

Für die Mousse:

- 2 Blatt Gelatine • 1 Ei • 2 Eigelbe
- 80 g Zucker • 50 g Marzipan-Rohmasse (zimmerwarm)
- ½ TL Lebkuchengewürz
- 200 g Quark (20 %)
- 200 g kalte Sahne

Für die Kirschen:

- 200 g TK-Kirschen • 75 g Zucker
- 100 ml Roséwein • Zesten von 1 Bio-Orange • Minzeblättchen

1. Für die Mousse Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Ei, Eigelbe und Zucker über einem heißen Wasserbad schaumig aufschlagen. Marzipan raspeln, hinzufügen und verrühren, bis sich das Marzipan aufgelöst hat. Ausgedrückte Gelatine einrühren, auf Zimmertemperatur abkühlen lassen, gelegentlich umrühren. Lebkuchengewürz und Quark unterheben. Die Sahne steif schlagen, vorsichtig unterheben. Die Mousse etwa zwei Drittel der Höhe in Gläser füllen, zugedeckt ca. 3 Stunden kalt stellen.

2. Kirschen mit Zucker, Wein und Orangenzesten aufkochen, ca. 5 Minuten köcheln lassen. Auf Zimmertemperatur abkühlen und dann bis zum Servieren kalt stellen.

3. Kurz vor dem Servieren die Kirschen auf der Mousse verteilen und mit dem Kirschsirup auffüllen. Mit Minzeblättchen garnieren.

Lachsfilets mit Kräuterkruste



Für 4 Portionen

- 750 g Lachsfilet (ohne Haut am Stück) • 30 g flüssige Butter
- Salz, Pfeffer • 4 Scheiben Toastbrot (ohne Rinde) • ½ Zwiebel
- 1 TL gerebelter Thymian
- ½ TL getr. Estragon • 1 TL Olivenöl • 1 Bio-Zitrone • Kresse

1. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Lachs abrausen, trocken tupfen, in 8 Stücke schneiden, dicht an dicht in eine gefettete Auflaufform setzen. Mit flüssiger Butter bestreichen, salzen, pfeffern.
3. Toastbrot klein würfeln. Zwiebel abziehen, hacken. Beides im Blitzhacker kurz zu Bröseln pürieren, Kräuter und Öl untermengen, salzen. Bröselmischung auf dem Lachs verteilen und leicht andrücken.
4. Zitrone abrausen, in Scheiben schneiden, diese über dem Lachs ausdrücken, rundherum anordnen. Im Ofen ca. 20 Minuten garen. Mit Kresse bestreut servieren.

Sellerie-Cremesuppe



Für 4–6 Portionen

- 500 g Knollensellerie • 1 Zwiebel
- 4 EL Butter • 1,2 l Kalbsfond • Salz, Pfeffer • Zitronensaft • ½ Bund Petersilie • 200 g Toastbrot
- 200 g Schlagsahne • ¼ TL Zimt

1. Sellerie putzen, waschen, schälen. Zwiebel abziehen, beides fein würfeln. Zwiebel in 2 EL heißer Butter andünsten. Sellerie zufügen, 5 Minuten

mitdünsten. Mit Fond ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft würzen, 15–20 Minuten garen.

2. Petersilienblättchen abzapfen. Brot entrinden, Hälfte grob würfeln, für die letzten 5 Minuten in die Suppe geben. Übriges Toastbrot fein würfeln. Die Suppe pürieren.
3. Ein Drittel der Suppe abnehmen, in einem kleinen Topf mit Petersilie aufkochen, pürieren. In die übrige Suppe Sahne einrühren, aufkochen.
4. Für die Croûtons übrige Butter in einer Pfanne erhitzen. Zimt einstreuen, Toastwürfel zugeben, bei kleiner Hitze goldgelb rösten.
5. Beide Suppen erhitzen. Weiße Suppe in Teller oder Tassen verteilen, die grüne jeweils in die Mitte schöpfen. Mit einer Gabel dekorativ marmorieren. Mit den Croûtons bestreuen und evtl. mit Selleriegrün garnieren.

Pilz-Ravioli mit Balsamico-Schalotten



Für 4–6 Portionen

Für die Ravioli:

- 500 g Dinkelmehl (Type 630)
- Salz • ca. 8 EL Olivenöl
- 15 g getrocknete Steinpilze
- 600 g Spitzkohl • Pfeffer • je 1 TL Paprikapulver & Kümmelsamen
- 400 g frische Pilze (z. B. Steinpilze, Seitlinge, Champignons)
- 100 g fein geriebenes Weißbrot
- Schnittlauchröllchen

Für die Schalotten:

- 600 g Schalotten • ½ Bund Thymian • 2 EL Olivenöl • 2–3 EL Zucker • 5 EL Balsamicoessig

1. Für die Ravioli Mehl mit ½ TL Salz, 3 EL Olivenöl, 250 ml Wasser verkneten. Teigkugel mit 1 EL Öl bepinseln. Zugedeckt kühl stellen.
2. Getrocknete Pilze in 100 ml warmem Wasser einweichen. Kohl putzen, in feine Streifen hobeln. Portionsweise in 2–3 EL heißem Öl

5 Minuten braten. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Kümmel würzen.

3. Eingeweichte Pilze fein hacken (Wasser aufbewahren). In 2–3 EL Öl mit Weißbrotbröseln anbraten.
4. Für die Schalotten die Schalotten abziehen, vierteln. Mit Thymian im heißen Öl in einer Pfanne erhitzen, würzen, Zucker zufügen. Mit Essig und 2–3 EL Wasser ablöschen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen.
5. Teig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen und ca. 30 Kreise (ø 10 cm) ausstechen. Je ½ TL Pilz-Brösel-Mix und 1 EL Kohl in die Mitte geben. Ränder mit Wasser bepinseln, überklappen, mit einer Gabel andrücken. Übrigen Brösel-Mix und Kohl kalt stellen.
6. Ravioli portionsweise in siedendem Salzwasser 3–4 Minuten garen. Herausnehmen, abtropfen lassen, mit etwas Olivenöl mischen.
7. Pilze putzen, in Scheiben schneiden. Schalotten erwärmen, abschmecken. Pilze in 2–3 EL Fett braten, Einweichwasser dazugeben, Pilze würzen. Übrigen Kohl dazugeben, erhitzen. Pilz-Krapfen im heißen Öl (2–3 EL) schwenken. Auf Tellern anrichten, mit übrigem Brösel-Mix und Schnittlauchröllchen garnieren. Die Schalotten dazu reichen.

Bratkartoffeln mit Parmesan



Für 4 Portionen

- 1 kg mehligkochende Kartoffeln
- Salz • 3 EL Pflanzenöl
- 3 TL Polenta (fein gemahlen)
- Pfeffer • 50 g Parmesan

1. Kartoffeln schälen, abrausen, je nach Größe vierteln oder in Stücke schneiden. In Salzwasser 10–12 Minuten vorkochen. Abgießen, abtropfen, abkühlen lassen, kühl stellen.
2. Den Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Öl in einem Bräter erhitzen, in den Ofen stellen.

3. Polentagrieß in eine große Form geben, salzen, pfeffern. Kartoffeln zufügen und darin wenden. Den Bräter mit dem Öl aus dem Ofen nehmen, die Kartoffeln nebeneinander hineinsetzen, mit übrigem Polentagrieß bestreuen und im Ofen ca. 30 Minuten garen.
4. Inzwischen den Parmesan fein reiben. Kartoffeln mit Parmesan bestreuen und in ca. 20 Minuten goldbraun fertig garen.

Lebkuchen-Tiramisu



Für 4 Portionen

- 4–5 unglasierte Elisenlebkuchen
- 80 ml kalter Espresso
- 4–5 Blatt weiße Gelatine
- 150 g Sahne • ½ TL Lebkuchengewürz • 200 g Mascarpone
- 3 EL Zucker • 3 EL Mandellikör
- Zimtpulver zum Bestreuen

1. Lebkuchen in Stücke brechen, in einen Gefrierbeutel geben und mit einem Nudelholz zu Bröseln zerstoßen. 4 Garnierringe (ø ca. 8 cm) auf Teller stellen. Die Krümel darauf verteilen, etwas andrücken und den Espresso darauf träufeln.
2. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Sahne mit Lebkuchengewürz steif schlagen und beiseite stellen. Mascarpone mit Zucker und Mandellikör glatt rühren.
3. Die Gelatine in einem Topf leicht erwärmen, vom Herd nehmen. Dann 2–3 EL der Mascarponecreme unter die Gelatine rühren, den Mix unter die restliche Mascarponecreme rühren. Die Sahne unterheben. Die Creme in die Garnierringe füllen und glatt streichen. Mind. 2 Stunden kalt stellen.
4. Zum Servieren die Ringe abziehen. Die Tiramisu mit etwas Zimt bestreuen und nach Belieben mit Plätzchen, Schokolade und Karamellschokoladen spiralen garnieren.

Gemüse-Tarte mit bunter Bete



Für 4 Portionen

Für den Teig:

- 125 g eiskalte Butter • ½ TL Salz
- 125 g Quark (20 % Fett)
- 200 g Mehl

Für den Belag:

- 500 g Baby-Bunte-Bete (z. B. Rote Bete, Gelbe Bete, Ringelbete)
- 80 g Kadaifi-Teig (süßes orientalisches Gebäck; „Engelsaar“)
- 3 EL Olivenöl • 3 EL Balsamicoessig • 2 TL Honig • Salz, Pfeffer
- 300 g Ricotta • 1 Ei • 1 Eigelb
- 70 g Sahne • Abrieb und Saft von ½ Bio-Zitrone

1. Butter würfeln, mit Salz, Quark und Mehl in einer großen Schüssel klein hacken. Rasch zu klebrigem, nicht ganz glattem Teig verkneten. In Folie ca. 30 Minuten kühlen.

2. Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen. Je eine etwas größere Ringelbete und Gelbe Bete abbrausen, halbieren, eine Hälfte in dünne Scheiben hobeln. Den Rest und übrige Bete schälen. Je nach Größe so verwenden oder mit einem Ausstecher Kugeln ausstechen.

3. Kadaifi-Teig klein bröseln, mit Baby-Beten und Bete-Kugeln auf dem Blech verteilen. Mit Öl, Balsamico und Honig beträufeln, salzen, pfeffern, 35–40 Minuten backen. Herausnehmen, etwas abkühlen lassen.

4. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche ausrollen, in eine gefettete Tarteform (Ø ca. 24 cm) legen, einen Rand formen. Im Ofen in ca. 20 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen.

5. Übrigen Teig erneut ausrollen, Tannenbäumchen und Sterne ausstechen. Teiglinge mit einer Gabel mehrmals einstechen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, im Ofen in 6–8 Minuten goldgelb backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

6. Vom Ricotta 100 g abnehmen, Bällchen formen. Übrigen Ricotta mit Ei, Eigelb, Sahne, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und -saft verrühren. Tarteboden damit bestreichen. Bunte Beten, Kadaifi-Stücke und Ricottakugeln darauflegen. Bete-Scheiben jeweils bis zur Mitte einschneiden, zu Blüten zusammendrehen, dazwischen setzen. Tarte im Ofen ca. 15 Minuten backen. Mit den Plätzchen garnieren.

Süßkartoffelsuppe mit Kokos



Für 4 Portionen

- 4 EL Kokossplitter • 2 Zwiebeln
- 4 cm Ingwer • 1 Knoblauchzehe
- 800 g Süßkartoffeln • 1 Apfel
- 3 EL Olivenöl • 1 TL Currypulver
- 100 ml Weißwein • 100 ml Kokoswasser • ca. 800 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer • 1 TL Kreuzkümmelpulver • Abrieb & Saft von 2 Bio-Limetten • 2 rote Chilischoten

1. Kokospäne auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im Ofen bei 180 Grad Ober-/Unterhitze ca. 8 Minuten leicht rösten. Herausnehmen, abkühlen lassen.

2. Zwiebel, Ingwer und Knoblauch abziehen und sehr fein würfeln. Süßkartoffeln abbrausen, schälen, würfeln. Apfel abbrausen, vierteln, entkernen und klein schneiden.

3. Alles in einem Topf in heißem Öl 5–6 Minuten anschwitzen. Mit Currypulver bestäuben, mit Wein und Kokoswasser ablöschen. Etwas einkochen lassen, Brühe angießen, ca. 25 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Anschließend die Suppe sehr fein pürieren. Abrieb und Saft der Limetten hinzufügen, evtl. noch etwas Brühe ergänzen.

4. Chilischoten abbrausen, in feine Ringe schneiden. Die Suppe abschmecken, mit Kokospänen und Chiliringen bestreut servieren.

Radicchio-Birnen-Salat



Für 4 Portionen

- 100 g Walnusskerne
- 2 EL Zucker • 4 EL Zitronensaft
- 4 EL weißer Balsamicoessig
- Salz, Pfeffer • 1 EL körniger Senf
- 3–4 EL Olivenöl • 1 Radicchio
- 1–2 Handvoll Rucola • 2 Birnen

1. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten, mit Zucker bestreuen und karamellisieren. Auf einem Stück Backpapier auskühlen lassen, dann grobe Stücke hacken.

2. Zitronensaft, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Den Senf untermischen und das Öl unterquirlen.

3. Radicchio und Rucola putzen, waschen und trocken schleudern. Die Birnen abbrausen, vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden.

4. Den Salat und die Birnen auf Tellern verteilen und mit dem Dressing beträufeln. Mit den Walnüssen bestreut servieren.

Rosenkohl mit Marmite-Butter



Für 4 Portionen

- 30 g weiche Butter
- 1 TL Marmite (vegetarische Würzpaste) • 500 g Rosenkohl
- Salz, Pfeffer

1. Die Butter mit dem Marmite gut verrühren und kühl stellen.

2. Den Rosenkohl abbrausen und putzen. In Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren, abgießen, abtropfen und ausdampfen lassen. Anschließend halbieren.

3. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und den Rosenkohl darin ca. 5 Minuten anbraten und bräunen. Die Würzbuttersauce zugeben, alles gut vermengen, dann salzen, pfeffern und gut durchschwenken. Abschmecken und servieren.

Vanille-Kokos-Creme



Für 6 Portionen

- 3 Blatt weiße Gelatine
- 400 ml ungesüßte Kokosmilch (Dose) • 50 g weiße Schokolade
- 1 Vanilleschote • 50 g Kokosraspel
- 3 Eigelb • 70 g brauner Rohrzucker • 2 EL Kokoslikör
- 200 g Sahne • 6 Scheiben frische Ananas • 1 Msp. Cayennepfeffer
- 1 Zimtstange • 2 EL Butter

1. Die Gelatine in der Hälfte der Kokosmilch einweichen. Schokolade in Stücke brechen. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Beides mit der Schokolade und den Kokosraspeln in der übrigen Kokosmilch erhitzen und 15 Minuten ziehen lassen.

2. Die Eigelbe mit 50 g Zucker und nach Belieben mit Kokoslikör in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad dick schaumig schlagen. Erst die warme Kokosmilch durch ein Sieb zum Eierschaum geben, dann die kalte Kokosmilch samt der Gelatine. Alles zu einer heißen, cremigen Masse aufschlagen. Die Creme in der Schüssel in Eiswasser kalt rühren.

3. Sahne steif schlagen, portionsweise mit einem Schneebesen unter die kalte Creme heben. Die Creme in Schälchen oder Gläser füllen und zugedeckt über Nacht kalt stellen.

4. Aus den Ananasscheiben Sterne ausstechen (oder Stücke schneiden). 1 EL Zucker mit Cayennepfeffer, Zimtstange und Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Ananas von beiden Seiten karamellisieren, noch warm mit Kokoscreme servieren.

ZARTES WILDFLEISCH

trifft auf raffinierte Soße

Hirschkalbsbraten mit Glühweinsauce, Fächerkartoffeln & Preiselbeer-Rotkohl

Für 4 Portionen

Für die Soße:

- 250 ml Rotwein • 1 Stück Orangenschale
- 100 ml Orangensaft • 1 Zimtstange • 4 Nelken
- 1 Sternanis

Für den Braten:

- 1 Gemüsezwiebel • ca. 1,2 kg Hirschkalbsbraten
- Salz, Pfeffer • 30 g Butterschmalz • 300 ml Gemüsebrühe • 200 g Sahne • 2–3 EL Speisestärke

Für den Rotkohl:

- 800 g Rotkohl • 2 Zwiebeln • 50 g Butter
- 100 ml Rotwein-Essig • 150 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer • 50 g Zucker • 2 Lorbeerblätter
- 1 EL zerdrückte Wacholderbeeren • 2 Nelken
- 200 g Preiselbeeren (Glas)

Für die Kartoffeln:

- 800 g mittelgroße Kartoffeln • 4 EL Rapsöl • Salz, Pfeffer • 1 TL edelsüßes Paprikapulver • 2 TL Meersalz

1. Für die Soße den Wein mit Orangenschale und -saft sowie den Gewürzen in einem kleinen Topf 5 Minuten sprudelnd kochen lassen.

2. Für den Braten Zwiebel abziehen, fein würfeln. Das Fleisch salzen, pfeffern und in heißem Butterschmalz rundherum braun anbraten. Zwiebeln zufügen und glasig dünsten. Glühwein durch ein Sieb dazugießen. Gemüsebrühe angießen und den Braten zugedeckt bei mittlerer Hitze 90–100 Minuten schmoren. Dann herausnehmen, in Alufolie wickeln und warm stellen. Bratensud mit Sahne aufkochen, mit der in kaltem Wasser angerührten Stärke binden, abschmecken.

3. Für den Kohl den Rotkohl putzen, achtern, den Strunk herauschneiden, den Kohl fein raspeln oder schneiden. Zwiebeln abziehen und fein würfeln und in heißer Butter glasig dünsten. Kohl zufügen und unter Rühren anschwitzen. Mit Essig und Brühe ablöschen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Lorbeer, Wacholderbeeren und Nelken würzen und zugedeckt 60 Minuten garen, dabei ab und zu umrühren. Dann salzen und pfeffern, die Preiselbeeren unterrühren.

4. Für die Kartoffeln den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Eine Auflaufform fetten. Die Kartoffeln schälen, waschen, fächerförmig einschneiden und in die Form setzen. Öl mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver verquirlen und Kartoffeln damit großzügig einpinseln. Im Ofen auf der 2. Schiene von unten 20–30 Minuten backen. Mit Meersalz bestreuen.



**Unser Rezept
vom Titel**

DEKO-IDEEN IN *Grün und Rot*

Die beiden traditionellen Weihnachtsfarben gefallen vor allem als Duo. In der Natur findet man sie in Form von Tannengrün und Früchten, aus denen sich stimmungsvolle Arrangements zaubern lassen

1

Fotos: MSL/Roland Krieg, Produktion: Marie-Luise Schebesta, Floristik: Helga Ell-Baumgratz



2

1 Im Drahtkorb stecken Zweige von Kiefern und Rotem Hartriegel, dekoriert mit Zapfen, Äpfeln und Filzsternen. Abgerundet wird das Arrangement durch einige Kerzen, Moos, Holzschneide und Zapfen. Wer Haustiere oder kleine Kinder hat, stellt die Kerzen in Laternen oder hitzebeständige Gläser.

2 Für den Tischschmuck einige Stücke Baumrinde in die Mitte legen und Moos, Zieräpfel, Nüsse, Mini-Zuckerhut-Fichten, Schoko-Weihnachtsmänner sowie rote und grüne Kerzen dazu drapieren.

3 + 4 Gemütliches Ambiente Das weihnachtlich inszenierte Fenster zielt eine Girlande aus einer langen, roten Kordel, an die noch einmal zusätzliche Bänder geknotet wurden. An deren Enden baumeln getrocknete Limettenscheiben, Ausstechformen und Zieräpfel. Etwas Tannenreisig sorgt für grüne Akzente

3



4





1



2



3

Mit Kerzen und Naturmaterialien FESTLICH GESCHMÜCKT

1–3 Die weihnachtlich dekorierte Treppe heißt Gäste herzlich willkommen. Vom Geländer hängen Tannen- und Kiefernzweige, die zunächst mit einem Zierapfel-Ast zum Bündel verdrahtet und dann am Handlauf angebracht werden. Bei winterlichen Temperaturen halten sich die Gestecke lange. Die Stufen schmücken locker verteilte Windlichter aus Glas, Körbe, Zieräpfel und Zapfen. Die kleine Zuckerhut-Fichte im Topf ist mit Jute und einer roten Schleife passend dazu herausgeputzt. Für den Stern im Hintergrund Zweige aus Rotem Hartriegel an den Enden mit Floristendraht fixieren.

4 Adventskranz mal anders Dafür in eine feuerfeste Keramikschale vier unterschiedlich hohe Stumpenkerzen stellen. Anschließend einige Stücke frisches Moos drum herumlegen und die Zwischenräume mit Sternanis, kleinen Weihnachtsbaum-Kugeln und Zimtstangen kaschieren.

5 Nostalgische Backformen eignen sich prima zum Dekorieren – größere als Kerzenhalter, kleinere als Schälchen für selbst gebackene Plätzchen



4

5





6



7



8

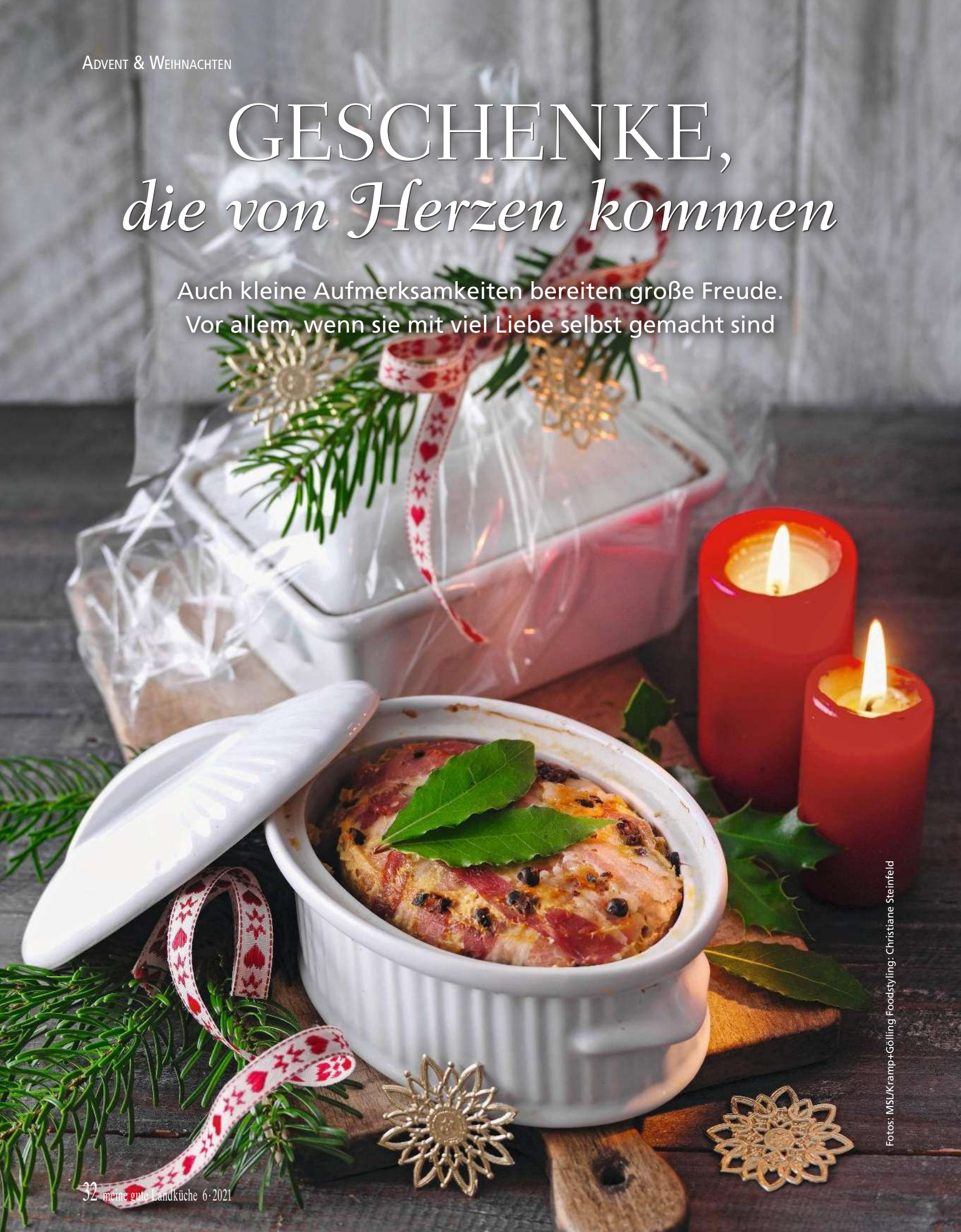
6 Für den Stern im Fenster zunächst weiches Tannengrün zu einer Kugel zusammenrollen und locker mit Bindendraht fixieren. Tannenreisig und Stechpalmenzweige seitlich in die Kugel stecken. Lange rote Wollschnüre mithilfe einer Drahtkrampe mittig auf der Kugel befestigen und einen Filzstern und Stechpalmenbeeren daranbinden. Auf der Fensterbank laden Lebkuchen, Nüsse und Zimtsterne zum Naschen ein.

7 Die Moosbäumchen bestehen aus jeweils zwei bis drei Blatt zerknülltem Zeitungspapier, das mit Bindendraht in Form gebracht wird. Dann Moosstücke darauflegen und mit Bindendraht befestigen, bis kein Papier mehr zu sehen ist. Um die fertigen Bäumchen ein paar Lärchenzweige drapieren.

8 Den Mooskranz gibt es fertig gebunden beim Floristen. Er lässt sich ganz nach Belieben mit Bändern, Zapfen und Fruchtzweigen (hier von der Stechpalme) bestücken. Gut zu wissen: Das Moos bleibt länger frisch, wenn der Kranz an einem kühlen, schattigen Platz hängt und ab und an mit Wasser besprüht wird

GESCHENKE, *die von Herzen kommen*

Auch kleine Aufmerksamkeiten bereiten große Freude.
Vor allem, wenn sie mit viel Liebe selbst gemacht sind





Gewürzmischung für Glühwein

Für 1 Flasche Wein (0,75 l)

- 1 Bio-Orange • 2 EL Gewürznelken • 3 Sternanis
- 3 kleine Zimtstangen • 50 g brauner Kandis

1. Die Orange heiß abbrausen und trocken reiben. Die Schale mit dem Sparschäler dünn abschälen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im Ofen bei 60 Grad Ober- und Unterhitze ca. 3 Stunden trocknen lassen.
2. Die Orangenschale mit Gewürzen und Kandis mischen. Zum Verschenken in ein Glas füllen und verschließen.

Rotwein-Birnen mit Rosmarin

Für 2 Gläser (à ca. 500 ml)

- 1 l Rotwein • 120 g Zucker • 1 Stück dünn abgeschälte Schale von 1 Bio-Zitrone • 4 Nelken • 2 Zimtstangen
- 2 Zweige Rosmarin • 3 feste Birnen

1. Rotwein mit Zucker, Zitronenschale und Gewürzen in einem Topf zum Kochen bringen und 5 Minuten sprudelnd kochen lassen. Die Birnen abbrausen und schälen, dabei den Stielansatz aussparen, dann halbieren und die Kerngehäuse herauschneiden.
2. Die Birnen in Gläser füllen und mit dem kochend heißen Rotweinsud auffüllen. Die Gläser verschließen und im Einkochtopf bei 90 Grad für 30 Minuten sterilisieren. Verschlossen halten sich die eingelegten Rotwein-Birnen 4–6 Monate.

Herzhafte Landpastete

Für 2 kleine Formen (à ca. 500 ml)

- 500 g mageres Schweinefleisch • 200 g Schweinebauch
- 100 g durchwachsener Speck
- 200 g Kalbsbrät • Salz, Pfeffer • 18 Wacholderbeeren
- 2 Zwiebeln • 1 Bund Petersilie • 3 Eier
- 1 EL getrockneter Majoran • 8 Scheiben Speck
- 4 Lorbeerblätter

1. Schweinefleisch, Schweinebauch und Speck in Würfel schneiden und in der Küchenmaschine oder im Blitzhacker zerkleinern. In eine Schüssel geben und mit Kalbsbrät, Salz und Pfeffer vermischen.
2. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.
3. 6 Wacholderbeeren fein zerstoßen. Die Zwiebeln abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln und hacken. Alles mit Eiern und Majoran zur Fleischmasse geben und glatt verkneten.
4. Je 4 Speckscheiben in 2 Pastetenformen (à 500 ml) legen und über den Rand hängen lassen. Die Fleischmasse einfüllen, glatt streichen und mit den überhängenden Speckscheiben abdecken. Jeweils 2 Lorbeerblätter und 6 Wacholderbeeren daraufgeben. Den Deckel auflegen.
5. Die Formen auf ein tiefes Backblech stellen und heißes Wasser angießen. Die Pasteten im Wasserbad im Ofen auf der 2. Schiene von unten ca. 1 Stunde garen.



GAUMENFREUDEN für den Gabentisch

Eingelegte Kräuter-Pilze

Für 2 Gläser (à ca. 250 ml)

- 500 g gemischte Pilze (z. B. Champignons, Kräuterseitlinge)
- 2 rote Zwiebeln • 2 Knoblauchzehen • 1 Bio-Zitrone
- 400 ml Gemüsebrühe • 150 ml Apfelessig
- 1 EL gehackter Thymian • 1 EL gehackter Rosmarin
- 2 Lorbeerblätter • 1 EL Pfefferkörner

1. Die Pilze putzen, größere Exemplare halbieren. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Zitrone heiß abbrausen, trocken reiben, die Schale dünn abschälen. Die weiße Haut entfernen und die Schale in feine Streifen schneiden.

2. Die Brühe mit Essig, Zwiebeln, Knoblauch, Zitronenschale und den Gewürzen im Topf zum Kochen bringen. Die Pilze zugeben und darin 6–8 Minuten köcheln lassen. Durch ein Sieb gießen, dabei den Sud auffangen.

3. Die Pilz-Mischung sofort in saubere Gläser füllen. Den Sud nochmals aufkochen, darübergießen und die Gläser verschließen. Abkühlen lassen und 2–3 Tage durchziehen lassen. Angebrochene Gläser im Kühlschrank aufbewahren und den Inhalt innerhalb von 3–4 Tagen verzehren.



Gewürzöl

Für 1 Flasche (à ca. 500 ml)

- ½ Bund Thymian • 2 Zweige Rosmarin • 3 Knoblauchzehen
- 3 kleine Lorbeerblätter • 500 ml Olivenöl

1. Thymian und Rosmarin abbrausen und mit Küchenpapier gut trocken tupfen. Den Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden.

2. Die Kräuter mit dem Knoblauch und den Lorbeerblättern in eine saubere Flasche geben und mit Öl auffüllen, bis alles bedeckt ist. Flasche verschließen und das Öl ca. 3 Wochen ziehen lassen.

Gänseschmalz mit Äpfeln

Für 2 Töpfchen (à ca. 300 ml)

• 1 roter Apfel • 1 Zwiebel • 500 g Gänsefett • 90 g Schweineschmalz
• 1 EL Wacholderbeeren • Salz, Pfeffer • 1 TL getrockneter Majoran

1. Den Apfel abbrausen, trocken reiben, entkernen und das Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Zwiebel abziehen und ebenfalls würfeln. Das Gänsefett in einem Topf erhitzen, Äpfel und Zwiebeln zugeben und ca. 10 Minuten unter Rühren darin garen. Dann das Schmalz einrühren und vollständig schmelzen lassen (Gänsefett allein wird nicht fest).

2. Die Wacholderbeeren hacken und zum Schmalz geben. Mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen. Das Schmalz in 2 Töpfchen oder verschließbare Gläser füllen, kühl stellen und vollständig auskühlen lassen. Dabei immer wieder umrühren, damit sich die festen Zutaten nicht am Boden absetzen. Die Töpfchen oder Gläser verschließen und kühl stellen.

AROMENSPIEL *mit Kräutern & Gewürzen*



Fotos: MSL/Krampf-Gölling Foodstyling, Christiane Steinfeld



Eingelegter Gewürzkürbis

Für 2 Gläser (à ca. 300 ml)

- 700 g Hokkaido-Kürbis • 40 g Ingwerwurzel
- 150 ml Apfelessig • Abrieb und Saft von 1 Bio-Zitrone
- 150 g Zucker • Salz • 1 Zimtstange
- 1 EL schwarze Pfefferkörner • 2 EL Senfsaat

1. Den Kürbis in Spalten schneiden, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden.
2. Den Essig mit 250 ml Wasser, Zitronenabrieb und -saft, Ingwer, Zucker, Salz, Zimt, Pfeffer und Senfsaat erhitzen und den Sud 10 Minuten köcheln lassen.
3. Den Ofen auf 90 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
4. Dann die Kürbisstücke dazugeben und alles zugedeckt weitere 8–10 Minuten köcheln lassen. Anschließend die Kürbisstücke sofort heiß in saubere Gläser füllen, den Sud darübergießen und die Gläser sofort verschließen.
5. Die Gläser in eine ofenfeste Form stellen, 1 l kochendes Wasser zugießen und im Ofen 35 Minuten sterilisieren.

Tipp: Statt Ingwer können Sie auch geschälte Knoblauchzehen, kleine Schalotten oder Zwiebeln in den Sud geben. Auch mit Zimtstangen und Gewürznelken aromatisiert schmeckt der eingelegte Kürbis lecker.

Karotten-Pesto

Für 3 Gläser (à ca. 150 ml)

- 300 g Möhren • 1 Zwiebel • 2 Knoblauchzehen • 30 g Ingwer
- ca. 100 ml Olivenöl • 3 EL Apfelessig • 100 ml Gemüsebrühe
- 20 g gehackte Pistazien • 50 g geriebener Parmesan • Salz, Pfeffer

1. Die Möhren schälen und fein raspeln. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Ingwer ebenfalls fein würfeln.
2. Zwiebeln und Knoblauch in 3 EL Öl glasig dünsten. Möhren und Ingwer zugeben und 6–10 Minuten bei milder Hitze anschwitzen. Essig und Brühe zufügen und aufkochen lassen. Vom Herd ziehen und abkühlen lassen.
3. Die Masse kurz pürieren. Pistazien und Parmesan unterrühren, salzen, pfeffern. Pesto in Gläser füllen, mit einem Löffel glätten und etwas Olivenöl auf die Oberfläche gießen. Pesto nach Entnahme immer glatt streichen und mit Olivenöl bedecken. Es hält sich im Kühlschrank ca. 2 Wochen.

Walnuss-Pesto

Für 4 Gläser (à ca. 150 ml)

- 6 Knoblauchzehen • 3 Bund glatte Petersilie • 300 g Walnusskerne
- 200 g geriebener Parmesan • 400 ml Olivenöl • Salz, Pfeffer

1. Den Knoblauch abziehen und hacken. Petersilie und Walnusskerne grob hacken und mit Parmesan und Knoblauch in einen Mixer geben. Das Olivenöl zufügen und alles auf höchster Stufe mixen.
2. Pesto mit Salz und Pfeffer abschmecken und in heiß ausgespülte Gläser füllen. Mit 2 EL Olivenöl bedecken und fest verschließen. Das Pesto hält sich im Kühlschrank ca. 2 Wochen.



Zitronenlikör

Für 3 Flaschen (à ca. 500 ml)

• 8 Bio-Zitronen • 200 ml Weingeist (90%ig, aus der Apotheke) • 600 g Zucker

1. Die Zitronen heiß abbrausen und trocken reiben. Die Schale mit einem Messer oder Sparschäler ohne die weiße Innenhaut sehr dünn abschälen. In eine saubere Flasche geben und mit dem Weingeist übergießen. Verschließen und 2–3 Wochen ziehen lassen.
2. Anschließend 1,2 l Wasser mit dem Zucker aufkochen und 2–3 Minuten sprudelnd kochen lassen. Abkühlen lassen.
3. Den Zitronenschalenansatz durch ein mit einem Tuch ausgelegtes Sieb und dann mit dem Zuckersirup mischen. Den Likör in heiß ausgespülte Flaschen füllen und abkühlen lassen. Am besten eiskalt servieren. Der Likör hält sich kühl gelagert mehrere Wochen.

Tipp: Statt mit Zitronen können Sie den Likör auch mit 5 Bio-Orangen zubereiten.



Mandarinen-Zimt-Gelee

Für 3 Gläser (à ca. 300 ml)

• 1 kg Mandarinen • 250 g Gelierzucker (3:1) • 3 Zimtstangen

1. Die Mandarinen halbieren, den Saft auspressen und durch ein feines Sieb gießen. Es werden 625 ml Saft benötigt.
2. Den Saft und den Gelierzucker in einem weiten Topf gut verrühren und unter Rühren bei starker Hitze zum Kochen bringen. Die Mischung unter Rühren 3–4 Minuten sprudelnd kochen lassen.
3. Jeweils 1 Zimtstange in ein sauberes Glas geben. Die kochend heiße Saft-Mischung sofort darübergießen. Die Gläser sofort verschließen und das Gelee auskühlen lassen.

Mandel-Sahne-Likör

Für 1 Flasche (ca. 1 l)

• 100 g Zucker • 500 g Sahne • 100 g geschälte Mandeln
• 1 Vanilleschote • 350 ml Wodka

1. Den Zucker in einem Topf goldbraun karamellisieren lassen. Dann die Sahne angießen und unter Rühren köcheln lassen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat.
2. Die Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Die Vanilleschote längs halbieren, das ausgekratzte Mark sowie die Schote in die Sahne geben. Die gerösteten Mandeln zufügen und alles 15 Minuten leise köcheln lassen. Dann vom Herd ziehen und abkühlen lassen.
3. Anschließend den Wodka zur erkalteten Sahne geben und alles 2 Tage durchziehen lassen.
4. Den Likör durch ein feines Sieb gießen, in saubere Flaschen füllen und verschließen. Die Flaschen vor dem Öffnen kurz schütteln.

FRUCHTIG-SÜSSES *für Genießer*



TRADITION

BAUMKUCHEN *aus der Altmark*

Seit 1807 wird das schichtweise aufgebaute Süßgebäck in Salzwedel nach dem Original-Rezept von Johann Andreas Schernikow gebacken



Fotos: manuel frauendorf fotografie/skyfilmberlin; Karte: MLK



Das Familienunternehmen wird seit dem Jahr 2000 von Bettina Hennig (rechts) geleitet. Unterstützt wird sie von ihrer Schwester Heike und der nachfolgenden Generation der Hennigs. **Im Laden** im Salzwedeler Stadtteil Perver können Besucher die Köstlichkeiten kaufen und beim Schaubacken einen Blick hinter die Kulissen werfen. **Die Adresse:** Erste Salzwedeler Baumkuchenfabrik, St.-Georg-Straße 87, 29410 Salzwedel, www.baumkuchen-salzwedel.de, Online-Shop: baumkuchen-online.de

Wenn die Tage kürzer werden, stehen Hans-Joachim Lehning und seine Kollegen schon besonders früh vor den flackernden Feuern der Backöfen. Ein feiner Duft nach frischem Teig und Schokolade durchzieht die Backstube. Ruhig und gleichmäßig fließt der Teig über eine mit Pergamentpapier und Schnüren umwickelte Holzrolle. „Die Kunst besteht darin, den Teig gleichmäßig auf der Walze zu halten“, erklärt der Konditor. „Das ist nicht so einfach, wie es aussieht.“ Deshalb sei es auch nicht verwunderlich, dass der Baumkuchen als König der Kuchen bezeichnet wird und als Symbol seiner Zunft Verwendung findet.

Rühren, auftragen, rühren, auftragen... Der Teig in der Schüssel unter der Walze darf keine Haut ziehen, während die dünnen Kuchenschichten nach und nach ausbacken und sich goldbraun färben. Sie sind später im aufgeschnittenen Backwerk sichtbar und erscheinen wie die Ringe eines Baums, der damit zum Namenspatron des Traditionsgebäcks wurde. Früher drehten sich die ein Meter langen Buchenholz-Walzen noch am offenen Feuer

neben lodernden Holzscheiten und wurden per Hand bewegt. Dabei war es entscheidend, eine bestimmte Wärme zu halten. Eine Veränderung der Temperatur war nur durch das Auflegen von weiterem Feuerholz oder durch das Löschen mit Wasser möglich. Die Lehrlinge kurbelten oft den ganzen Tag am Handrad, um die Walze ständig in Bewegung zu halten. Heute übernimmt das Drehen ein Motor und das Feuer wird seit 1960 durch Erdgas betrieben.

Mittlerweile lässt Familie Hennig in zweiter Generation in der Salzwedeler Sankt-Georg-Straße Baumkuchen backen. Oscar Hennig, der Vater der heutigen Inhaberin Bettina, hatte als junger Konditorgeselle bei Familie Kruse gelernt und die Firma geerbt. In den Goldenen 1920er-Jahren hatte der Baumkuchen-König Fritz Kruse – der damals schon eine Villa mit elektrischem Licht bewohnte – die zwei großen Baumkuchen-Fabriken der Erben von Schernikow gekauft und das legendäre „Café Kruse“ ins Leben gerufen. Zu der Zeit war das Schichtgebäck in aller Munde. So wurden in den Weihnachtsmonaten bis zu

10000 der traditionellen Kuchen produziert und verschickt. Ausgelöst hatte die große Nachfrage einst die Ernennung von Joachim Friedrich Schernikow, dem Sohn des Rezeptfinders, zum königlichen Hoflieferanten im Jahr 1865. Besonders an Feiertagen landete damit das feine Gebäck auf den Kaffeetafeln derer, die es sich leisten konnten.

Später, zu DDR-Zeiten, enteignete man die Kruses. Auch das Baumkuchen-Rezept wurde volkseigen. „Allerdings war das nur die Grundrezeptur, die Notiz zur geheimen Gewürzmischung schlummerte im ‚Conditorei-Buch‘, eingemauert an einem sicheren Platz“, verrät Heike Hennig. „Bis das Rezept 1984 an meinen Vater vererbt wurde.“ Dieser startete nach der Wiedervereinigung noch mal neu und gründete 1990 die „Erste Salzwedeler Baumkuchenfabrik“. Heute freuen sich die Hennigs rund ums Jahr über zahlreiche Freunde dieses besonderen Gebäcks.

Juliane Peschel-Paetzold

Für den besonderen Geschmack sorgt die überlieferte GEWÜRZMISCHUNG



1 2
3 4



1 Die Zutaten für Baumkuchen sind einfach: Butter, Zucker, Mehl, Stärke und Eier. Eine geheime Gewürzmischung macht den feinen gelblich-weißen Kuchen schließlich zum Original. **2 Die Backwalzen** aus Buchenholz sind handgefertigt und variieren in ihrer Form. Für den Tafel- oder den großen Ministerkuchen werden beispielsweise konische Modelle benötigt. **3** Bei über 300 Grad vor offenem Feuer ist die Arbeit des Bäckers recht schweißtreibend. Die von der Walze tropfende Masse wird in einer breiten Pfanne aufgefangen, wieder mit frischem Teig vermischt und aufgetragen, bis alles gebacken ist. **4 Die entstehenden Zacken** der tropfenden Masse werden durch die Hitze angebacken und nicht – wie vielfach beim Baumkuchen-Backen üblich – durch einen Kamm entfernt. **5 Das Zerteilen** des fertigen Gebäcks für die Herstellung von Baumkuchen-Spitzen (nicht im Bild) erfolgt an einer klassischen Schneidemaschine. Danach wird jeder einzelne Reifen in trapezförmige Stücke geschnitten und mit Glasur überzogen. **6 Ringweise** wird Baumkuchen verkauft. Je nach Wunsch werden nicht nur einzelne, sondern auch „Dreiringer“ oder „Vierringer“ von der Walze geschnitten. Bestellungen erreichen die Bäckerei, die ausschließlich Baumkuchen backt, sogar aus Schweden und Übersee



5 6





Richtig serviert wird das Backwerk in feinen Stücken, sogenannten Schollen, aufgeschnitten von einem scharfen Messer ohne Zacken, am besten aber mit einem speziellen Baumkuchen-Messer. **Schernikows „Conditorei-Buch“** von 1807 gilt als Ausgangspunkt für die Baumkuchenbäckerei in Salzweidel. Doch schon die Griechen und Römer kannten „Brot am Spieß“, das mit Honig gebacken wurde. Erste Rezepturen für einen sogenannten „Prügelkuchen“, der auf vergleichbare Weise entsteht, finden sich in einem italienischen Kochbuch von 1426

Baumkuchen-Cupcakes

Für 12 Stück

Für den Teig:

- 3 Eier • 1 Prise Salz • 50 g Marzipan-Rohmasse
- 2 EL Amaretto • 125 g weiche Butter • 125 g feiner Zucker
- ½ TL Vanillepaste • ½ Fläschchen Bittermandelaroma
- 75 g Mehl • 50 g Speisestärke • 1 ½ TL Backpulver

Für das Topping:

- 4–5 EL Aprikosenmarmelade ohne Stückchen
- 200 g Zartbitter-Kuvertüre • 100 g Frischkäse (Doppelrahstufe) • 60 g weiche Butter • 1 TL Zimt
- 250 g Puderzucker (z. B. Diamant)

1. Die Eier trennen. Eiweiß mit Salz steif schlagen. Marzipan mit Amaretto erwärmen und cremig verrühren.
2. Eigelb, Butter, Zucker, Vanillepaste und Bittermandelaroma sehr schaumig rühren. Marzipan zufügen, gut unterrühren. Mehl, Speisestärke und Backpulver vermischen und esslöffelweise unterrühren. Dann den Eischnee unterheben.
3. Den Backofen auf 1. Stufe Grill 250 Grad (alternativ Oberhitze) einstellen. Die 12 Mulden einer Muffinform gut fetten.
4. Jeweils 1 TL Teig in den Mulden verstreichen. Im Ofen auf der oberen Schiene 1–2 Minuten goldbraun grillen. Wieder je 1 TL Teig darauf verstreichen und 1–2 Minuten grillen. Mit dem übrigen Teig weiter so verfahren, dabei darauf achten, dass er nicht zu dunkel wird. Dann die Form aus dem Ofen nehmen. Die Marmelade verrühren, dünn auf den Muffins verstreichen. Abkühlen lassen, anschließend aus der Form lösen.
5. Die Kuvertüre hacken, im heißen Wasserbad schmelzen und dünn auf den Muffins verstreichen. Trocknen lassen.
6. Frischkäse mit Butter und Zimt verrühren, Puderzucker einstreuen und gut verrühren. Die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und die Muffins damit verzieren.





*Kartoffel-
Sauerkraut-
Auflauf*

HEISS GELIEBT & EINFACH KÖSTLICH

Wenn es draußen richtig kalt ist, schmecken diese vegetarischen Aufläufe besonders gut



Spinat-Ricotta-Lasagne

Rezepte Seite 47

Linsen-Gnocchi-Gratin mit Apfel & Porree

Für 4 Portionen

• 275 g Belugalinsen • Salz • 1 große Stange Porree • 2 Möhren
• ½ Bund Petersilie • 2 EL Butter • 125 ml trockener Weißwein
• 100 ml Gemüsebrühe • 250 g Schlagsahne • 100 g Schmand • Pfeffer
• Muskat • 2 Äpfel • 400 g Gnocchi (Kühlregal) • 150 g Emmentaler

1. Die Linsen in kochendem Wasser in ca. 25 Minuten mit Biss garen, erst gegen Ende salzen. Abgießen, kalt abrausen und abtropfen lassen.

2. Porree in feine Ringe schneiden, abrausen und abtropfen lassen. Die Möhren schälen, putzen und in feine Würfel schneiden. Petersilie abrausen, trocken schütteln und fein hacken.

3. In einer großen tiefen Pfanne die Butter erhitzen und den Porree mit den Möhren darin 4–5 Minuten andünsten. Die Linsen zugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Wein ablöschen, etwas einkochen lassen, dann Brühe, Sahne und Schmand zufügen. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und 2–3 Minuten köcheln lassen. Die Hälfte der Petersilie untermischen. Alles in eine Auflaufform (Ø ca. 22 cm) füllen und den Backofen auf 175 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Die Äpfel abrausen, halbieren, Kerngehäuse entfernen, das Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Äpfel und Gnocchi auf den Linsen verteilen. Den Käse fein reiben, darüberstreuen und den Auflauf im Ofen 30–35 Minuten backen. Mit der übrigen Petersilie bestreut servieren.



Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf



Für 4 Portionen

- 750 g vorwiegend festkochende Kartoffeln • 400 g Sauerkraut
- 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Butter • 400 g Sahne
- Salz, Pfeffer • Kümmelpulver
- Muskat • 100 g Crème fraîche

1. Den Backofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen.
2. Die Kartoffeln schälen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Das Sauerkraut gut abtropfen lassen und mit einer Gabel auflockern. Die Kartoffelscheiben abwechselnd mit dem Sauerkraut in eine Auflaufform schichten.
3. Zwiebel und Knoblauch abziehen, die Zwiebel fein würfeln und den Knoblauch hacken. Die Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Die Sahne angießen und aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer, Kümmel und Muskat abschmecken und den Mix über das Gemüse gießen. Die Crème fraîche in Klecksen daraufsetzen und den Auflauf im Ofen ca. 50 Minuten goldbraun backen.

Gut zu wissen

Im Ofen backen Aufläufe immer auf der mittleren Schiene. Besonders hohe Formen aus Platzgründen ganz unten einschieben. Soll der Käse auf dem Auflauf zum Schluss noch einmal extra gratiniert werden, die Form nur bei Oberhitze und auf der oberen Schiene in den Ofen schieben. Den Auflauf dabei im Blick behalten, er kann leicht verbrennen.

Spinat-Ricotta-Lasagne



Für 4 Portionen

- 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe
- 1 Aubergine • 2 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 250 g stückige Tomaten
- 150 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer • 400 g Spinat
- 500 g Ricotta • 80 g geriebener Parmesan • 1 Ei • Muskat
- 300 g Lasagneblätter
- 150 g geriebener Mozzarella

1. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und beides fein würfeln. Die Aubergine abbrausen, putzen und in kleine Würfel schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Die Auberginenwürfel zufügen, alles goldbraun braten. Das Tomatenmark kurz mitbraten, dann die stückigen Tomaten und die Brühe angießen. Die Soße ca. 10 Minuten sämig kochen lassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Den Spinat waschen, verlesen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. Dann abschrecken, gut ausdrücken und grob hacken. Ricotta mit Parmesan, Ei, Salz, Pfeffer und Muskat vermengen, den Spinat untermischen. Lasagneblätter in Salzwasser ca. 5 Minuten vorkochen, abschrecken und gut abtropfen lassen.
3. Den Ofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Eine Form mit Öl auspinseln.
4. Eine Schicht Lasagneblätter in die Form legen. Etwas Spinat-Ricotta darauf verteilen und etwas von den Auberginen darübergeben, diese mit Lasagneblättern belegen. Auf diese Weise alle Zutaten einschichten. Den Mozzarella aufstreuen und die Lasagne im Ofen ca. 35 Minuten goldbraun backen.



Rosenkohl-Wirsing-Auflauf

Für 4 Portionen

- 1 Wirsing • 400 g Rosenkohl • 2 Knoblauchzehen
- 3 Zweige Thymian • 2 EL Olivenöl • Salz, Pfeffer
- 60 g Butter • 60 g Mehl • 100 ml Sherry • 500 ml Milch
- 200 g Sahne • Muskat • 50 g Semmelbrösel
- 50 g geriebener Pecorino (alternativ Bergkäse)

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Den Wirsing putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen und den Kohl in Spalten schneiden. Den Rosenkohl abbrausen, putzen, ggf. halbieren und mit dem Wirsing in eine Auflaufform (ca. 20 x 35 cm) geben.
3. Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Thymian abbrausen und trocken schütteln. Beides mit dem Olivenöl in die Form geben. Salzen, pfeffern und alles gut vermischen. Im Ofen ca. 25 Minuten backen.
4. Die Butter in einem Topf zerlassen, das Mehl einstreuen und kurz hell angehen lassen. Mit Sherry ablöschen, Milch und Sahne zugeben und die Soße 6–7 Minuten unter Rühren dicklich einkochen lassen.
5. Die Soße über dem Gemüse verteilen, Brösel und Pecorino mischen und darüberstreuen. Die Hitze auf 200 Grad erhöhen und weitere ca. 15 Minuten zu Ende backen. Vor dem Servieren etwas abkühlen lassen.



Gemüse-Hirse-Auflauf

Für 4 Portionen

• 1 Schalotte • 1 Knoblauchzehe • 4 EL Olivenöl • ca. 500 ml Gemüsebrühe • 200 g Hirse • 2 Eier • 200 Ricotta • 40 g geriebener Parmesan • 1 EL gehackter Thymian • Salz, Pfeffer • 2 Paprika (gelb & rot) • 1 Zucchini • 1 Aubergine • 2 Zweige Rosmarin • 400 g stückige Tomaten (Dose) • 150 g Ziegenkäse (Rolle) • 40 g Pinienkerne

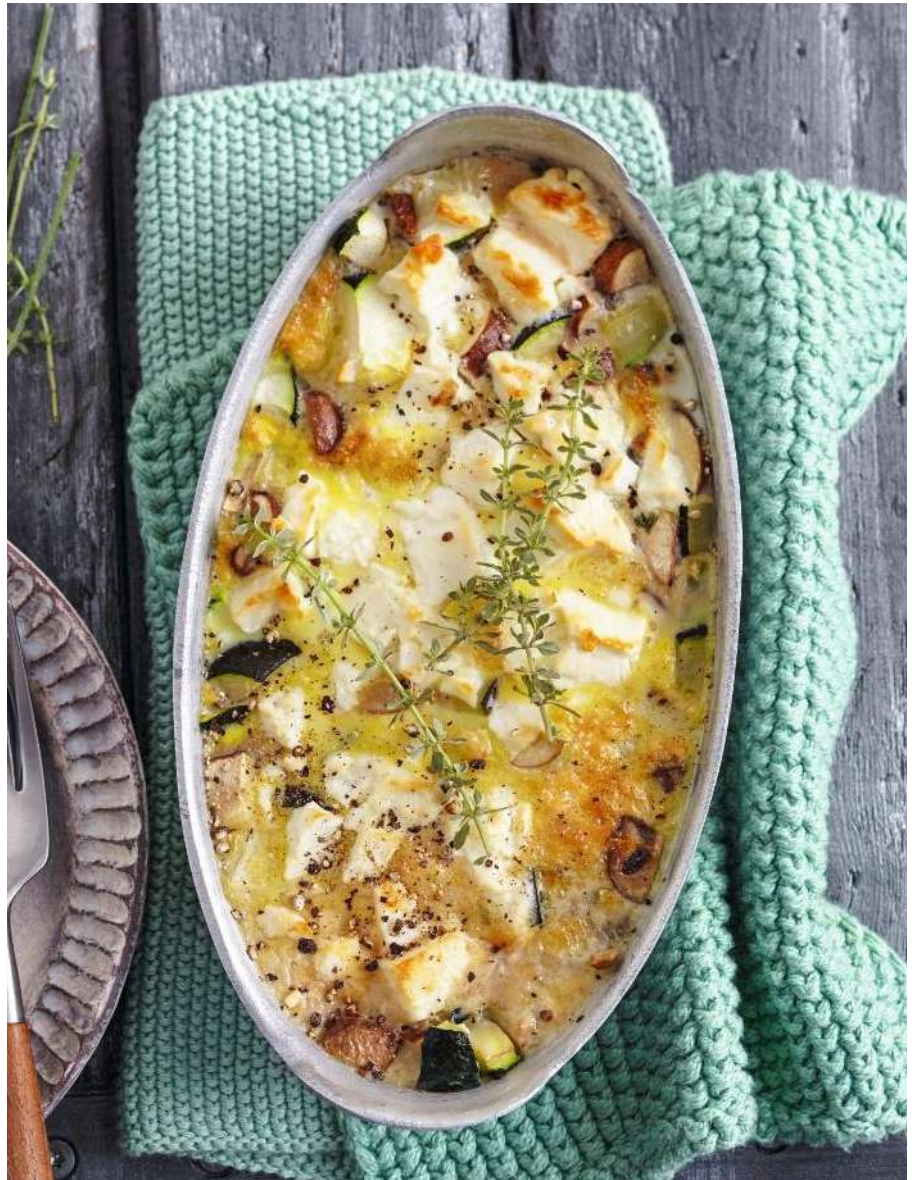
1. Schalotte und Knoblauch abziehen, fein würfeln. In 2 EL heißem Olivenöl kurz anschwitzen, mit Brühe ablöschen. Hirse in einem Sieb abrausen, in die Brühe geben. Zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen, 15–20 Minuten zugedeckt ausquellen lassen.
2. Ofen auf 200 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen. Eine Form fetten.
3. Eier mit dem gut abgetropften Ricotta und Parmesan gut verrühren, mit Thymian unter die Hirse mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, in die Form füllen und glatt streichen.
4. Paprika abrausen, halbieren, putzen, in Stücke schneiden. Zucchini und Aubergine abrausen, putzen, in dünne Scheiben schneiden. Alles im übrigen, heißen Öl in einer Pfanne 4–5 Minuten anschwitzen. Von der Hitze nehmen, abgezupften Rosmarin dazustreuen, abschmecken. Auf der Hirse verteilen. Tomaten darauf verteilen. Den Ziegenkäse würfeln, mit den Pinienkernen über das Gemüse streuen und den Auflauf im Ofen ca. 35 Minuten goldbraun backen.

Zucchini-Pilz-Auflauf

Für 4 Portionen

• 2 rote Zwiebeln • 4 Knoblauchzehen
• 2 mittelgroße Zucchini • 500 g Egerlinge
(alternativ braune Champignons)
• 4 Zweige Thymian • 4 EL Olivenöl • Salz,
Pfeffer • 4 Eier • Abrieb von ½ Bio-Zitrone
• 1 TL getrockneter Oregano • 375 g Feta

1. Zwiebeln und Knoblauchzehen abziehen und sehr fein würfeln. Die Zucchini abrausen, putzen, längs vierteln, entkernen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Die Pilze gründlich säubern und vierteln. Thymian abrausen, trocken schütteln, 2 Zweige beiseitelegen. Vom Rest die Blättchen abzupfen.
2. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Zucchini und Pilze darin 3–4 Minuten kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen und die Thymianblättchen hinzufügen. Die Pfanne vom Herd ziehen.
3. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit dem übrigen Öl ausreiben.
4. Eier mit Zitronenabrieb, Oregano, Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Den Feta zerbröckeln und dazugeben. Den Pfanneninhalt dazugeben, alles vermischen und in die Auflaufform füllen. Den Auflauf im Ofen ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen, abkühlen lassen und warm oder kalt servieren. Mit dem beiseitegelegten Thymian garnieren. Nach Belieben z. B. frisches Weißbrot dazu servieren.





Gemüse-Lasagne

Für 4 Portionen

- 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe • 2 Möhren • 1 Stange Staudensellerie
- 2 kleine Zucchini • 1 kleine Aubergine • 2 EL Olivenöl • Salz, Pfeffer
- 200 g Schmand • 150 g geriebener Käse (z. B. Gouda)
- ca. 9 Lasagneblätter • 1 Kugel geriebener Mozzarella

Für die Soße:

- 2 Knoblauchzehen • 3 EL Olivenöl • 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Tomaten-Paprika-Mark • 400 ml stückige Tomaten (Dose)
- Salz, Pfeffer • ½ TL getrockneter Oregano • 2 EL gehackte Kräuter (z. B. Petersilie, Basilikum)

1. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Möhren schälen und klein würfeln. Sellerie, Zucchini und Aubergine abbrausen, putzen und ebenfalls klein würfeln.

2. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel darin anschwitzen. Gemüse und Knoblauch zufügen, ca. 5 Minuten unter Rühren braten, salzen, pfeffern. Schmand und die Hälfte des geriebenen Käses unterrühren.

3. Für die Soße Knoblauch abziehen, fein würfeln. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch darin anschwitzen. Tomaten- und Tomaten-Paprika-Mark unterrühren, kurz mit angehen lassen. Stückige Tomaten zufügen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen, ca. 10 Minuten köcheln lassen. Gehackte Kräuter unterrühren, die Soße abschmecken.

4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine ofenfeste Form mit Öl austreichen.

5. Jeweils abwechselnd etwas Gemüsemasse, eine Lage Lasagneblätter und Soße einschichten, dabei mit Soße abschließen. Mit dem geriebenen Mozzarella und dem übrigen Käse bestreuen und die Lasagne im Ofen 30–35 Minuten backen.

Möhren-Pastinaken-Auflauf

Für 4 Portionen

- 400 g Möhren (gelbe, rote, weiße)
- 400 g mittelgroße Pastinaken • Salz
- 4 Zweige Rosmarin • 4 Knoblauchzehen
- 1 Stück Bio-Orangenschale (ca. 4 cm)
- 100 g Haselnuss-, Walnuss- oder Sonnenblumenkerne • 150 g würziger Bergkäse
- 200 g Crème fraîche • 4 Eier • Pfeffer
- rosenscharfes Paprikapulver • 2 EL Butter

1. Möhren und Pastinaken putzen, schälen und der Länge nach vierteln. In einen weiten Topf ca. 5 cm hoch Wasser zum Kochen bringen und salzen. Das Wurzelgemüse darin bei starker Hitze zugedeckt ca. 1 Minute sprudelnd kochen lassen.

2. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine flache ofeneste Form mit etwas Butter austreichen.

3. Das Gemüse mit dem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und in die Form geben. Den Rosmarin abbrausen und trocken schütteln, die Nadeln abzupfen. Den Knoblauch abziehen und mit den Rosmarinadeln und der Orangenschale fein hacken. Über das Gemüse streuen.

4. Nusskerne fein hacken, die Sonnenblumenkerne ganz lassen. Den Käse fein reiben, mit Crème fraîche und Eiern verrühren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Paprikapulver abschmecken und über dem Gemüse verteilen. Übrige Butter klein würfeln und mit den Nüssen auf das Gemüse geben. Den Auflauf im Ofen ca. 40 Minuten backen. Dann herausnehmen, kurz ruhen lassen und servieren.



Rote-Bete-Steckrüben-Auflauf

Für 4 Portionen

- 500 g Rote Bete • Salz, Pfeffer • 2 EL Olivenöl • 500 g Steckrüben • 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen • 2 Äpfel • 1 EL brauner Zucker • 2 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin • 1 EL Honig • 150 ml Weißwein • 300 ml Gemüsefond
- 2 EL Butter • 110 g geriebener Pecorino (alternativ Bergkäse)

1. Rote Bete abbrausen, schälen, in Scheiben schneiden (Einmalhandschuhe tragen). In eine Schüssel geben, salzen, pfeffern, mit 1 EL Olivenöl vermischen. Steckrüben abbrausen, schälen und in dünne Scheiben schneiden, größere Scheiben halbieren. Die Steckrüben in eine weitere Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit 1 EL Olivenöl vermischen.

2. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Äpfel abbrausen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Den Zucker in einem Topf mit 2 EL Wasser karamellisieren. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Zwiebel, Knoblauch und Apfel in den Karamell geben. Honig und Kräuter ergänzen und mit dem Wein ablöschen. Fond ergänzen, 5–6 Minuten einkochen lassen.

3. Den Ofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform fetten.

4. Die Gemüsescheiben abwechselnd in die Form schichten. Salzen, pfeffern und die Flüssigkeit über dem Gemüse verteilen. Den Käse darüberstreuen und den Auflauf ca. 40 Minuten backen. Herausnehmen, kurz abkühlen lassen und servieren.

Käsespätzle mit Schmorzwiebeln

Für 4 Portionen

Für die Schmorzwiebeln:

- 3 große Gemüsezwiebeln • 4 EL Öl • Salz • 1 TL Zucker
- 50 ml trockener Weißwein (alternativ Apfelsaft) • Pfeffer

Für die Spätzle:

- 500 g Mehl • 6 Eier • Salz • 150 ml Mineralwasser
- 200 g Allgäuer Emmentaler • 200 g Allgäuer Bergkäse
- 2 EL Schnittlauchröllchen

1. Für die Schmorzwiebeln die Zwiebeln abziehen, in Ringe schneiden. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Zwiebeln zufügen, salzen und bei milder Hitze unter Rühren 15–20 Minuten schmoren. Zucker unterrühren, mit Wein ablöschen und aufkochen. Abschmecken.

2. Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel sieben. Die Eier und eine Prise Salz zugeben, dann nach und nach so viel Mineralwasser unterschlagen, bis ein zähflüssiger Teig entsteht, der Blasen wirft.

3. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Mit dem Spätzlehobel kleine Portionen Teig in das kochende Salzwasser hobeln, umrühren und aufkochen lassen. Wenn die Spätzle oben schwimmen, sind sie fertig. Spätzle mit einem Schaumlöffel herausnehmen, im Sieb abtropfen lassen, aber nicht abrausen.

4. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine große Auflaufform fetten.

5. Den Käse reiben. In der Auflaufform die Spätzle mit dem Käse und den Zwiebeln vermischen. Dann im heißen Ofen 35 Minuten backen. Zum Servieren mit Schnittlauchröllchen bestreuen.





Zucchini ist das Schlankgemüse schlechthin – mit nur rund 20 kcal pro 100 g liefert sie zudem viel Vitamin E und wertvolles Kalium, das leicht entwässernd wirkt und dem Herz guttut.

Tortellini-Auflauf

Für 4 Portionen

- 600 g Tortellini mit vegetarischer Füllung (aus dem Kühlregal) • 1 mittelgroße Zucchini
- 2 Möhren • 250 g weiße Champignons
- 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe • 1 EL Olivenöl & 1 TL für die Form • 1 Dose stückige Tomaten (400 g) • 200 ml Gemüsebrühe
- 2–3 TL Kräuter der Provence • Pfeffer
- Jodsalz mit Fluorid • 50 g geriebener Käse

1. Die Tortellini nach Packungsanweisung garen.
2. Die Zucchini abbrausen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Die Möhren putzen, schälen, der Länge nach halbieren, in dünne Scheiben schneiden. Die Champignons putzen und vierteln, große evtl. kleiner schneiden. Die Gemüsezwiebel abziehen und würfeln. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken.
3. Tortellini auf ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten glasig dünsten. Knoblauch, Möhren und

- Zucchini zufügen und 3–5 Minuten mitbraten. Champignons, Dosentomaten, Gemüsebrühe und die getrockneten Gewürze zugeben, dann alles bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten auf kleiner bis mittlerer Hitze köcheln lassen.
4. Backofen auf 220 Grad (Umluft: 200 Grad) vorheizen.
 5. Die Tomatensoße mit Pfeffer und etwas Salz abschmecken und in eine mit Öl ausgepinselte Auflaufform (ø ca. 26 cm) füllen. Die Tortellini darauf verteilen, mit geriebenem Käse bestreuen und im Backofen ca. 15 Minuten gratinieren.

Kartoffel-Porree-Auflauf

Für 4 Portionen

- 1 kg Kartoffeln • 2 Stangen Porree
- 2 Knoblauchzehen • 300 ml Gemüsebrühe
- 2 Eier • 80 ml Kochsahne (15 % Fett)
- 4 EL saure Sahne (10 % Fett) • ¼ TL Muskat
- Pfeffer • Jodsalz mit Fluorid • 40 g Bergkäse

1. Die Kartoffeln schälen und in dünne Scheiben (0,5 cm oder weniger) hobeln oder schneiden. Porree putzen, abbrausen und in 1 cm dicke Ringe schneiden. Beides abwechselnd in eine Auflaufform (ca. 25 x 30 cm) schichten. Den Backofen auf 200 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Knoblauch abziehen und fein hacken, mit Gemüsebrühe, Eiern, Kochsahne und saurer Sahne verquirlen. Mit Muskat, Pfeffer und etwas Jodsalz abschmecken, dann über das Gemüse geben. Kartoffel-Lauch-Auflauf 50–60 Minuten auf mittlerer Schiene backen.
3. Inzwischen den Käse reiben, 10 Minuten vor Ende der Garzeit über den Auflauf geben und überbacken. Falls der Auflauf zu braun werden sollte, mit Backpapier abdecken.



Porree enthält sogenannte Sulfide. Diese Schwefelverbindungen sind für den intensiven Geruch und Geschmack verantwortlich. Sie haben antioxidative und antibakterielle Wirkung.

VEGETARISCH & VEGAN GENIESSEN



slowly.veggie!
& VEGAN GENIESSEN
VEGETARISCH

MAGISCHER ORIENT

WÜRZIG
So wohltuend sind Kurkuma, Zimt & Co.

GLANZVOLL
Schönste Accessoires in edlen Kupfertönen

59
REZEPTE AUS 1001 NACHTEN
Von Mezze über Hauptspeisen bis hin zu Desserts – köstliche Aromaküche für den Herbst!

REZEPTE, DIE GUT SIND

JETZT NEU!
„Basics der Saison“ mit Bio-Koch Simon Tress

REZEPTE, DIE GUT SIND

**JETZT NEU BEI IHREM LEBENSMITTELHÄNDLER
ODER UNTER WWW.BURDA-FOODSHOP.DE**



APRIL 2018
Google Play
Laden im App Store

AUCH ALS E-PAPER!

Besuchen Sie uns auf: slowlyveggie.de



facebook.com/slowlyveggie



instagram.com/slowlyveggie_official/

KNACKIG & FRISCH

Herzhafte Wintersalate

Lassen Sie sich von diesen raffinierten Kombinationen mit Gemüse, Früchten und Fleisch inspirieren – für jeden ist etwas dabei



Süßkartoffel-Avocado-Salat mit Radieschen

Für ca. 4 Portionen

Für den Salat:

- 2 Süßkartoffeln • 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer • 1 Prise Kreuzkümmelpulver
- 2 Avocados • 6 Radieschen • 150 g rote kernlose Weintrauben • ½ Radicchio
- 2 Handvoll Baby-Leaf-Salat • 2 EL Sesam

Für das Dressing:

- 3 EL Olivenöl • 2 EL Weißweinessig
- 1 EL Orangensaft • 1 TL Senf • 1 EL Honig
- Salz, Pfeffer

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2. Die Süßkartoffeln schälen und in Scheiben schneiden und diese mit 2 EL Öl, 1 Prise Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel vermischen. Die Süßkartoffeln auf dem Blech verteilen und im Ofen ca. 25 Minuten backen.

3. Die Avocados halbieren und die Kerne entfernen. Das Fruchtfleisch aus der Schale heben und in Spalten schneiden.

4. Die Radieschen putzen, abbrausen und in feine Scheiben hobeln. Die Trauben abbrausen und von den Rispen zupfen. Radicchio in die einzelnen Blätter teilen, dabei den Strunk entfernen. Die Blätter kleiner zupfen, mit dem Salat abbrausen und trocken schütteln.

5. Für das Dressing Öl, Essig, Saft, Senf und Honig verrühren und würzen. Die Zutaten für den Salat mit den Süßkartoffeln auf Schalen verteilen und mit Dressing beträufeln. Mit Sesam bestreuen und servieren.

Weißkohlsalat mit Apfel, Walnüssen & Speck

Für ca. 4 Portionen

Für den Salat:

- 800 g Weißkohl • Salz • 2 Äpfel • 1–2 EL gehackte Petersilie
- 40 g Walnusskerne • 100 g Pancetta (in Scheiben, alternativ Frühstücksspeck)

Für das Dressing:

- 4 EL Joghurt • 1 EL Honig • 3 EL Rapsöl • 2 EL Apfelessig
- 1 EL mittelscharfer Senf • Pfeffer

1. Den Weißkohl von den äußeren Blättern befreien, vierteln, den Strunk herauschneiden und die Viertel in Streifen schneiden. Kohl in einer Schüssel mit 1 Prise Salz vermischen und kräftig durchkneten.
2. Die Äpfel abbrausen und trocken reiben, dann vierteln, entkernen und klein würfeln. Mit der Petersilie unter den Kohl heben.
3. Für das Dressing den Joghurt, Honig, 2 EL Öl, den Essig und Senf gut verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Nüsse in einer heißen Pfanne duftend rösten. Herausnehmen und klein hacken. Den Speck in Stücke schneiden und im übrigen heißen Öl in der Pfanne 2–3 Minuten knusprig braten. Dann herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
5. Das Dressing auf den Salat geben und abschmecken. Alles mit Nüssen und Pancetta bestreut servieren.



Klassischer Nudelsalat mit Fleischwurst & Erbsen

Für ca. 4 Portionen

Für den Salat:

- 200 g Spiralnudeln • Salz • 100 g TK-Erbsen
- 175 g Mandarinen (Dose)
- ½ Bund Frühlingszwiebeln • 200 g Fleischwurst
- 100 g junger Gouda (am Stück)
- 2 EL gehackte Dillspitzen

Für das Dressing:

- 100 g Salatmayonnaise • 100 g Joghurt (3,5 % Fett)
- 3 EL Zitronensaft • 4 EL Mandarinenensaft (von den Dosen-Mandarinen) • Pfeffer

1. Für den Salat die Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest kochen. Etwa 1 Minute vor Ende der Garzeit die TK-Erbsen mit in das Nudelwasser geben. Nudeln mit den Erbsen in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
2. Die Mandarinen abgießen und den Saft auffangen. Frühlingszwiebeln putzen, abbrausen und in Scheiben schneiden. Von der Fleischwurst die Pelle abziehen, den Käse evtl. entrinden. Beides in etwa 1 cm große Würfel schneiden.
3. Für das Dressing die Mayonnaise mit Joghurt, Zitronensaft und Mandarinenensaft verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Alle vorbereiteten Zutaten zusammen mit dem Dressing in einer großen Schüssel vorsichtig vermischen. Den Nudelsalat kurz durchziehen lassen, evtl. noch einmal abschmecken und mit Dill bestreut servieren.



Rotkohlsalat mit Möhre & gebackenem Schafskäse

Für ca. 4 Portionen

• 1 kg Rotkohl • Salz • 1 TL Zucker • 3 EL Weißweinessig
• 1 EL Orangensaft • 1 Prise Cayennepfeffer • 200 g Feta • 1 Ei
• 50 g Mehl • 1 Zweig Thymian • 80 g Semmelbrösel • 1 Möhre
• 100 ml Rapsöl • Pfeffer • Petersilie zum Garnieren

1. Den Rotkohl vierteln, vom Strunk befreien und die Viertel in feine Streifen hobeln. Mit 1 Prise Salz und Zucker in einer Schüssel kräftig durchkneten. Essig, Orangensaft und Cayennepfeffer zugeben, gut vermischen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
2. Feta in Würfel schneiden. Ei in einer Schüssel verrühren. Mehl in eine kleine Schale geben. Thymian abbrausen, trocken schütteln, Blätter abzupfen, mit Bröseln in einer weiteren Schüssel vermengen.
3. Möhre schälen, raspeln und mit ca. 30 ml Öl zum Rotkohl geben. Mit Pfeffer abschmecken. Übriges Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und den Schafskäse darin unter Wenden in 3–5 Minuten knusprig braten. Auf Küchenpapier abtupfen.
4. Den Salat in Schälchen füllen, den Schafskäse darauf anrichten und mit Petersilie garniert servieren.

KOHL, RETTICH & BETE haben jetzt Saison

Rotkohlsalat mit Apfel, Speck & Senfsoße

Für ca. 4 Portionen

Für den Salat:

• 1 kg Rotkohl • Salz • 1 TL Zucker • 150 g Pancetta
(italienischer Bauchspeck, alternativ Frühstücksspeck)
• 2 säuerliche Äpfel • Pfeffer

Für das Dressing:

• 2 EL Olivenöl • 1 EL Walnussöl • 2 TL Senf
• 1 TL Honig • 2 EL Weißweinessig • Salz, Pfeffer

1. Den Rotkohl vierteln, den Strunk entfernen und den Kohl in feine Streifen hobeln. Mit 1 Prise Salz und dem Zucker in einer Schüssel verkneten, dann ca. 15 Minuten ziehen lassen.
2. Den Speck in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne 5–6 Minuten anbraten. Den Rotkohl zufügen und 2–3 Minuten mitschwenken. Anschließend den Mix in eine Schüssel geben.
3. Die Äpfel abbrausen und trocken reiben, dann halbieren, die Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Äpfel zum Rotkohl geben, alles gut vermengen und mit Pfeffer würzen.
4. Aus Oliven- und Walnussöl, Senf, Honig und Essig ein Dressing anrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Rotkohlsalat in tiefen Tellern anrichten, das Dressing in eine Sauciere füllen und dazureichen.





Brezensalat mit Leberkäse

Für ca. 4 Portionen

- 2 Brezen • 500 g gegarter Leberkäse
- 4 EL Rapsöl • Salz, Pfeffer
- 1 Gurke • 6 Radieschen
- 150 g Kirschtomaten • 1 rote Zwiebel
- ½ Bund Schnittlauch
- 2 EL Kräuteresig • 1 Prise Zucker

1. Die Brezen in Scheiben, den Leberkäse in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Dann beides in einer Pfanne in 2 EL Rapsöl 5–6 Minuten braten. Dabei mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

2. Gurke und Radieschen abbrausen, putzen und in Scheiben schneiden. Tomaten abbrausen und halbieren. Die Zwiebel abziehen und in feine Streifen schneiden. Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und grob klein schneiden.

3. Brezen und Leberkäse auf Küchenpapier trocken tupfen, dann mit den übrigen Zutaten in einer Schüssel vermischen. Übriges Rapsöl, Kräuteresig und eine Prise Zucker zugeben und alles vermischen. Salat in tiefen Tellern anrichten und servieren.

Rettich & Ringelbete mit Croûtons & Agaven-Dressing

Für ca. 4 Portionen

Für die Croûtons:

- 2 Brötchen vom Vortag • 60 g flüssige Butter
- 20 g Zucker • 1 Msp. Zimt • Salz

Für den Salat:

- 120 g Feldsalat • 300 g weißer Rettich
- 400 g Ringelbete (alternativ gegarte Rote Bete) • Zucker • Salz

Für das Dressing:

- 25 ml Agavendicksaft (alternativ Ahornsirup)
- 40 ml weißer Balsamicoessig • Salz • 1 TL Pfeffer
- 60 ml neutrales Pflanzenöl

1. Ofen auf 155 Grad Umluft vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

2. Die Brötchen klein würfeln. Mit Butter, 15 g Zucker, Zimt und etwas Salz vermischen. Alles auf dem Blech verteilen und im heißen Backofen in ca. 10 Minuten zu knusprigen Croûtons backen.

3. Inzwischen den Feldsalat putzen, abbrausen und trocken schütteln. Rettich und Bete knollen putzen und schälen. Beides sehr fein hobeln oder schneiden. Rettich und Ringelbete leicht zuckern und salzen, ca. 10 Minuten ziehen lassen, dann mit Küchenpapier trocken tupfen.

4. Den Agavendicksaft mit Essig, 1 Prise Salz und Pfeffer verrühren. Das Öl unterschlagen und das Dressing abschmecken. Die marinierten Rettich- und Ringelbete-Scheiben mit dem Feldsalat auf Tellern anrichten. Mit dem Dressing beträufelt und mit Croûtons bestreut servieren.



HAUSGEMACHT

*Gebratene
Maultaschen*

*Maultaschen
in Brühe*

Rezepte Seite 62

FEINE FÜLLE IN ZARTER HÜLLE

Gekocht, gebraten, mit Käse überbacken oder in würziger Brühe: Maultaschen lassen sich auf ganz unterschiedliche Weise zubereiten



Gedämpfte Teigtäschchen mit Hackfleischfüllung

Für 4–6 Portionen

Für den Teig:

• 750 g Mehl • 2 Eier • ½ TL Salz

Für die Füllung:

• 2 Zwiebeln • 150 g Kürbisfruchtfleisch • 500 g Rinderhackfleisch
• Salz, Pfeffer • 2 TL getrockneter Majoran • 1 TL Öl

1. Für den Teig alle Zutaten mit 250 ml Wasser verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und für ca. 1 Stunde kalt stellen.

2. Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Kürbisfruchtfleisch grob raspeln. Beides mit Hackfleisch in einer Schüssel vermischen und würzen.

3. Den Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen und Kreise (ø ca. 8 cm) ausstechen. Diese mit je ca. 2 TL Hackfleischmasse belegen, zusammenklappen und die Ränder mit einer Gabel gut zusammendrücken.

4. In einem weiten Topf oder Bräter mit passendem Dämpfeinsatz Wasser zum Kochen bringen. Den Dämpfeinsatz mit dem Öl bestreichen. Die Teigtaschen platzsparend einlegen, über dem heißen Wasserdampf bei milder Hitze ca. 30 Minuten dämpfen. Nach Belieben mit saurer Sahne servieren.



Gratinierte Maultaschen mit Sauerkraut

Für 4 Portionen

• 1 Knoblauchzehe • 1 Zwiebel • 2 EL Olivenöl • 520 g Sauerkraut (aus der Dose, abgetropft) • 150 ml Apfelsaft • 200 g Sahne • Pfeffer • 1 TL edelsüßes Paprikapulver • 1 Lorbeerblatt • Salz • 400 g Schupfnudeln (Kühlregal) • 400 g Maultaschen (Kühlregal) • 30 g Röstzwiebeln • 100 g geriebener Emmentaler

1. Knoblauch und Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Beides in einem kleinen Topf im heißen Öl andünsten. Das Sauerkraut zufügen und unter Wenden leicht braun anbraten. Mit Apfelsaft ablöschen, etwas einkochen lassen, dann die Sahne hinzugeben. Mit Pfeffer und Paprika würzen und das Lorbeerblatt zugeben. Bei Bedarf noch etwas salzen. Das Sauerkraut zugedeckt bei schwacher Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Minuten schmoren.
2. Den Backofen auf 220 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Schupfnudeln unter das Sauerkraut mischen, zugedeckt weitere ca. 5 Minuten kochen lassen.
3. Den Sauerkraut-Schupfnudel-Mix in eine große Auflaufform (ca. 28 cm) füllen und das Lorbeerblatt entfernen. Die Maultaschen auf das Sauerkraut setzen, mit Röstzwiebeln und Käse bestreuen. Den Auflauf im Ofen 20–25 Minuten überbacken. Herausnehmen, kurz ruhen lassen und servieren.

NUDELPÄCKCHEN mit Überraschungseffekt

Maultaschen im Schinkenmantel mit Kräuterschmand

Für 4 Portionen

• 200 g Schmand • Salz, Pfeffer • 1 EL Zitronensaft • 20 g Rucola • 8 Maultaschen (ca. 600 g; selbst gemacht oder Fertigprodukt aus dem Kühlregal) • 16 dünne Scheiben Schinkenspeck (ca. 150 g) • 2 EL Rapsöl • 2 Tomaten • 1 EL gehackte Petersilie • ¼ TL edelsüßes Paprikapulver

1. Den Schmand in einer Schüssel mit etwas Salz und Pfeffer verrühren und mit dem Zitronensaft abschmecken. Rucola waschen, trocken schütteln und grob hacken.
2. Die Maultaschen mit je zwei Scheiben Schinkenspeck umwickeln. Das Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Maultaschen darin von beiden Seiten bei mittlerer Hitze jeweils 3–4 Minuten braten.
3. Die Tomaten abbrausen, den Strunk entfernen und die Früchte vierteln.
4. Die Maultaschen auf Tellern anrichten, den Schmand dazugeben und alles mit Rucola und Petersilie bestreuen. Mit den Tomatenvierteln garnieren und mit dem Paprikapulver bestäubt servieren.



Maultaschen mit Linsenfüllung

Rezept Seite 62

Fotos: StockFood/StockFood Studios/Giorgio Scarlini/Misha Vetter/für ZS Verlag/Walter Cimbal



Grundrezept für den Nudelteig

- 200 g Mehl • 100 g Hartweizengrieß (alternativ statt Mehl und Grieß: 300 g Spätzlemehl)
- 3 Eier • 1 Prise Salz
- etwas Öl oder Wasser

Mehl und Grieß in einer Rührschüssel mischen, eine Mulde hineindrücken. Eier und Salz hineingeben. Mit etwas Mehl vom Rand verrühren. Nach und nach weiteres Mehl über den Teig verteilen und einarbeiten. 10–15 Minuten kneten, bis der Teig glatt und fest ist, dabei nach Bedarf etwas Öl oder Wasser zufügen. Den Teig zur Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 60 Minuten kühlen.

Maultaschen auf zweierlei Art



Für 4 Portionen

- 1 Grundrezept Nudelteig
- 2 altbackene Brötchen
- 1 Zwiebel • 300 g Spinat
- Salz • 20 g Butter • 2 EL fein gehackte Petersilie • 50 g magere Speckwürfel • 250 g Brät (alternativ Hackfleisch)
- 1 Ei • Pfeffer • Muskat
- 1 Eigelb • 1 EL Sahne

1. Für die Füllung die Brötchen in Wasser einweichen. Die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Den Spinat putzen, waschen und in Salzwasser blanchieren. Dann abgießen, abschrecken.
2. Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Zwiebeln und Speck darin andünsten. Dann die Pfanne vom Herd ziehen und den Mix etwas abkühlen lassen.
3. Die Brötchen ausdrücken und zerzupfen, mit dem Zwiebel-Speck-Mix, Petersilie, Spinat, Brät und Ei gut vermengen. Kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

4. Den Teig in 3–4 Portionen teilen, auf leicht bemehlter Fläche oder mit einer Nudelmaschine zu ca. 3 mm dünnen Rechtecken (ca. 15 cm breit) ausrollen. Füllung gut 5 mm dick auf dem Teig verstreichen, dabei einen schmalen Rand lassen.

5. Eigelb mit der Sahne verquirlen. Den Teig damit dünn bestreichen. Teig zweimal längs über die Füllung schlagen, leicht flach drücken. Die Naht sollte an der Unterseite liegen. Die Rolle mit einem Kochlöffelstiel im Abstand von 5–6 cm flach drücken und so Maultaschen formen. Die Falze andrücken und mit einem Messer durchschneiden.

6. Reichlich Wasser in einem Topf aufkochen. Wasser salzen, die Hitze reduzieren. Maultaschen in siedendem Wasser 6–8 Minuten ziehen lassen. Maultaschen mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben und abtropfen lassen.

Maultaschen in Brühe

Etwa 1 l kräftige Gemüse- oder Fleischbrühe erhitzen und auf tiefe Teller verteilen. Die Maultaschen hinzufügen und mit 2 EL Schnittlauchröllchen bestreuen.

Gebratene Maultaschen

1 Zwiebel abziehen, 40 g Porree abbrausen, putzen, beides in Ringe schneiden. 3 EL Öl und 20 g Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Maultaschen darin ca. 2 Minuten anbraten. Dann Zwiebeln und Porree zufügen. Alles bei mittlerer Hitze in ca. 4–5 Minuten goldbraun braten, salzen und pfeffern

Maultaschen mit Linsenfüllung



Für 4 Portionen

Für die Maultaschen:

- 350 g Linsen • Salz • 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe • 1 Möhre
- 100 g Knollensellerie
- ½ Stange Porree • 2 EL Olivenöl
- 1 TL Mehl • 50 ml Rotwein
- 1 EL Rotweinessig • Pfeffer

- 1 EL gehackte Petersilie

- 1 Grundrezept Nudelteig

Für die Nussbutter:

- 40 g Nüsse (z. B. Mandelkerne)
- 50 g Butter • 2 EL gehackte Petersilie

1. Für die Füllung die Linsen 4–8 Stunden in kaltem Wasser einweichen. Anschließend abgießen, abtropfen lassen und in Salzwasser 20–25 Minuten kochen, abgießen und abtropfen lassen.

2. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Die Möhre und den Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Porree abbrausen, putzen und ebenfalls klein würfeln.

3. In einer Pfanne das Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin hell anschwitzen. Das Gemüse zugeben und 4–5 Minuten anschwitzen, dann mit dem Mehl bestäuben. Mit Wein ablöschen. Essig und Linsen unterrühren, die Flüssigkeit sämig einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Petersilie unterrühren. Abschmecken und etwas abkühlen lassen.

4. Den Teig portionsweise mit der Nudelmaschine oder von Hand zu Bahnen ausrollen. Die Füllung mittig auf den Teigbahnen verteilen, glatt streichen, ringsum einen ca. 2 cm breiten Rand frei lassen. Die Teigbahnen über die Füllung schlagen, die Ränder mit Wasser bestreichen und gut andrücken. Die Teigbahnen in 10–15 cm lange Maultaschen schneiden.

5. In einem Topf reichlich Salzwasser erhitzen und die Maultaschen darin portionsweise in 6–8 Minuten ziehen lassen. Mit dem Schaumlöffel herausheben, abtropfen und abkühlen lassen.

6. Für die Nussbutter die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten. Abkühlen lassen, grob hacken. Die Butter in der Pfanne erhitzen. Die Maultaschen in ca. 2 cm breite Streifen schneiden, in der Butter anbraten. Mit Nüssen und Petersilie bestreuen und wenden, dann in 2–3 Minuten auf der anderen Seite fertig braten. Die Maultaschen anrichten, nach Belieben mit einer Senf-Sahnesoße servieren.

Teigtaschen mit Rote-Bete-Birnen-Füllung in Mohnbutter

Für 4 Portionen

Für Füllung & Mohnbutter:

- 1 Grundrezept Nudelteig
- 1 reife Birne • 400 g Rote Bete (vakuumiert, vorgegart)
- jeweils ½ TL Kümmelsamen, Korianderkörner, Pfefferkörner & Zimtsplitter • mildes Chilisalz
- 1 EL Mohnsamen
- 80 g braune Butter
- Außerdem:**
- 5 EL Hartweizengrieß
- 1 Ei • 3 l Gemüsebrühe

1. Für die Füllung Birne abbrausen und vierteln, Kerngehäuse entfernen, das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Rote Bete ebenfalls in kleine Würfel schneiden (Einweghandschuhe tragen). Birne und Bete mischen.

2. Kümmel, Koriander, Pfeffer und Zimt im Mörser zermahlen. Den Birne-Bete-Mix mit dem Gewürzmix und etwas Chilisalz würzen.

3. Teig auf bemehlter Fläche in nicht zu dünne, ca. 10 cm breite Bahnen ausrollen, mit etwas Mehl bestäuben und mit Folie bedecken.

4. Backbleche mit Grieß bestreuen. Teigbahnen mit verquirltem Ei bestreichen, mit Abstand je 1 TL Füllung längs auf das untere Drittel geben. Den übrigen Teig darüber längs einschlagen und um die Füllung herum leicht andrücken. Mit einem gezackten Ausstecher (ø ca. 7 cm) halbmondförmige Teigtaschen ausstechen und diese mit Abstand auf die Bleche legen.

5. Für die Mohnbutter den Mohn in einer Pfanne ohne Fett bei milder Hitze rösten. Herausnehmen, wie die Pfanne etwas abkühlen lassen. Braune Butter und Mohn in der Pfanne erwärmen und mit Chilisalz würzen.

6. Teigtaschen in leicht siedender Brühe ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, gut abtropfen lassen und in der Mohnbutter schwenken. Die Teigtaschen auf vorgewärmten Tellern servieren.



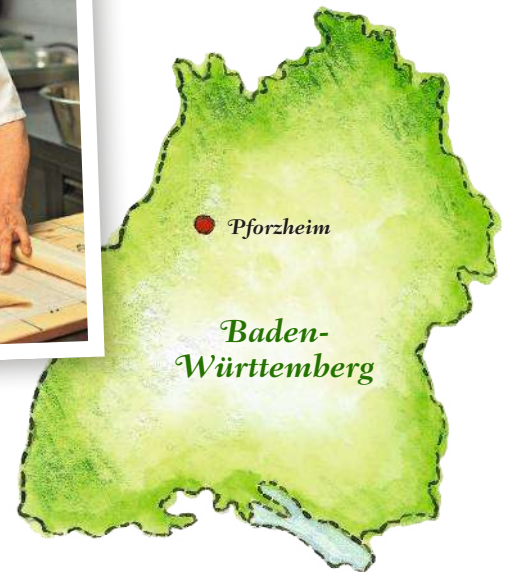
*Teigtaschen mit
Rote-Bete-Birnen-Füllung
in Mohnbutter*

SCHWÄBISCHE TRADITIONSNUDEL

Viel Füllung, wenig Teig: Die Maultaschen aus der Pforzheimer Manufaktur von Eva und Karl-Heinz Bäder sind unwiderstehlich lecker und selbstverständlich Stück für Stück handgemacht



Eva Bäder ist das Herz der Maultaschen Manufaktur. Infos unter ☎ 072 31 / 2 50 50 und www.maultaschen-catering.de



Es brutzelt und dampft in der Küche von Eva Bäder. In einer großen Pfanne dünstet die 64-Jährige Zwiebeln an. Ihr Mann Karl-Heinz schneidet eine Teigplatte in kleine Quadrate. Er nimmt einen Spritzbeutel und drückt die Füllungen auf den Teig. „Das wird unser Klassiker mit Hack und Spinat“, sagt er. Dann wickelt er die Quadrate zur Rolle und drückt die Enden zusammen. Seine Frau erklärt: „Sie müssen dicht geschlossen sein, damit beim Garen im Salzwasser nichts aufgeht.“ Seit rund elf Jahren stellt die gebürtige Fränkin in Pforzheim Maultaschen her. Die schwäbische Spezialität von einer „Nei-

Fotos: mein Buffet Magazin/Michael Gregonowits, Karte: MLK



1



2



3



4



5

1 Den Teig breitet Karl-Heinz Bäder auf einer hölzernen Arbeitsfläche aus. Das Brett ist in Quadrate eingeteilt, das macht das Schneiden in gleich große Stücke leichter. **2 Ein Spritzbeutel** hilft, die Farce aus Hackfleisch, Brät, Spinat, Zwiebeln und Kräutern auf die einzelnen Teigstücke zu bringen. **3 Mit den Händen** wird die Füllung vorsichtig eingewickelt und die Enden zusammengedrückt. Zum Kleben des Teigs eignet sich Wasser oder Eiweiß. **4 Die Enden** lassen sich gut mit einem wellenförmigen Teigroller verschließen. Ein Rundholz dient als Abstandshalter. **5 Im Salzwasser** garen die gefüllten Taschen rund fünf Minuten. Sobald sie oben schwimmen, sind sie fertig. Dann kommen sie auf das Abtropfsieb und werden mit kaltem Wasser abgeschreckt.

gschmeckten“ (schwäbisch für Zugezogene) im nordbadischen Grenzgebiet? Der Erfolg ihrer Manufaktur gibt Eva Bäder recht. Von Kürbis-Chili bis Steinpilzpesto: Über 60 saisonale Füllungen bietet sie mittlerweile an. „Meine Rezepte habe ich alle im Kopf“, sagt sie. „Unsere Maultaschen sind länglich. Viel Füllung und wenig Teig – so mögen wir es am liebsten.“ Um die Herkunft der Maultasche ranken sich viele Legenden. Eine der bekanntesten geht auf die Zisterziensermonche des Klosters Maulbronn zurück. Wie durch ein Wunder sollen sie während des Dreißigjährigen Kriegs an ein Stück Fleisch ge-

kommen sein. Es war jedoch Fastenzeit und damit der Verzehr verboten. Die Mönche hatten eine clevere Idee: Sie hackten das Fleisch klein, mischten es mit Spinat und Kräutern und füllten Nudelteig damit. So konnten sie es – wie sie glaubten – vor den Augen des Herrgotts verbergen. Die Maultasche war geboren – und mit ihr der Beiname „Herrgottsbscheißerle“. Übrigens: Seit 2009 sind die „original schwäbischen Maultaschen“ von der EU geschützt. Mindestens eine der Produktionsstufen muss in Baden-Württemberg oder dem bayerischen Regierungsbezirk Schwaben erfolgen.

Kathrin Auer



Eva und Karl-Heinz Bäder bereiten alle Maultaschen in ihrer Manufaktur frisch zu

KULINARISCHE TRADITIONEN ENTDECKEN



6x Meine gute Landküche und ein attraktives Dankeschön Ihrer Wahl



Tassen „Retro“, 4er-Set A 0 9 0

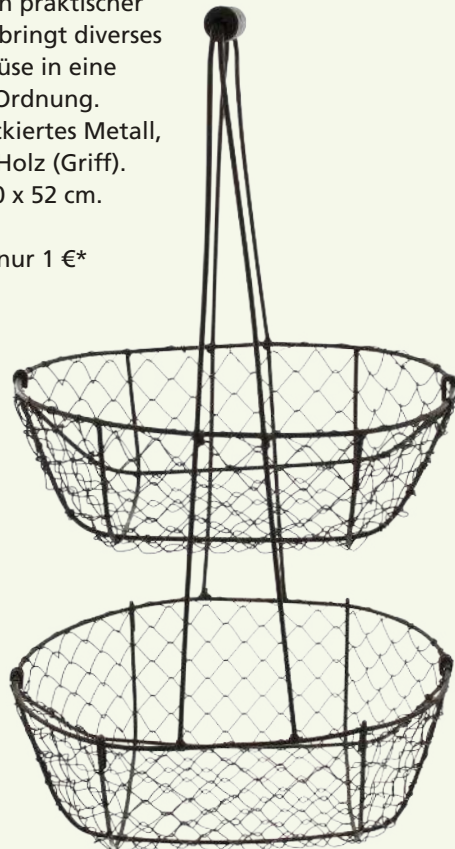
Die hübschen Porzellantassen machen mit ihrem modernen „Used Look“ auf dem gedeckten Tisch richtig was her. Lieferung ohne Deko!
Maße: Ø 10 x 10 cm. Füllmenge: 425 ml.

Zuzahlung: nur 1 €*

Etagere „Nostalgie“ A J 5 0

Die Etagere ist ein praktischer Küchenhelfer und bringt diverses Obst und Gemüse in eine angenehme Ordnung.
Material: braun lackiertes Metall, Drahtgeflecht, Holz (Griff).
Maße: 30 x 20 x 52 cm.

Zuzahlung: nur 1 €*



Metallwannen, 3er-Set G 5 3 0

Im aktuellen „Antik-Look“ gearbeitet, ergänzen diese Pflanzkästen hervorragend Ihre Landhausdekoration. Durch Ihre schmale Form passen diese Übertöpfe auf fast jedes Fensterbrett. Bitte bei Direktbepflanzung mit Folie ausschlagen. Lieferung ohne Dekoration.
Maße: klein 17 x 12 x 8 cm, mittel 20 x 14 x 9 cm, groß 24 x 15 x 10 cm.
Material: Zink/Metall mit Holzgriff.

Zuzahlung: nur 1 €*



KULINARISCHE TRADITIONEN ENTDECKEN



Schüssel, 2er-Set A S 8 7

Das Schüssel-Set von Bloomingville kann sowohl zum Anrichten als auch zum Servieren genutzt werden und wirkt durch die goldenen Akzente besonders hochwertig.

Maße: Ø 13,5 x H 7,5 cm. Material: Steingut.

Zuzahlung: nur 1 €*

Einkaufskorb R 9 5 0

Praktischer Einkaufskorb mit herausnehmbarer Textileinlage und umlegbaren Henkeln.

Material: Vollweide mit Spaltweide verflochten.

Maße: 40 x 33 x 20 cm. Lieferung ohne Deko!

Zuzahlung: nur 1 €*



Esmeyer
...on the table!

Käseset R 3 6 4

So wird der delicate Käse stilecht serviert und genossen: Das elegante Set vereint edle Optik und qualitative Verarbeitung. Es besteht aus einem hochwertigen Servierbrett aus Akazienholz und einem praktisch einlegbaren Käsemesser aus Edelstahl mit abgerundeter Klinge und gegabelter Spitze zum Aufspießen von Hart- und Weichkäse. Maße Servierbrett: 36,5 x 25 x 2,5 cm.

Zuzahlung: nur 1 €*

Gleich Coupon ausschneiden und einsenden an:

M.I.G. Medien Innovation GmbH
Meine gute Landküche Abo-Service
Postfach 072, 77649 Offenburg

Oder bestellen Sie ganz einfach

per Telefon: +49 (0) 18 06/93 94 00 77**
oder per Fax: +49 (0) 18 06/93 94 00 79**

Weitere tolle Angebote unter
www.landkueche-abo.de

Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht.
Die Belehrung können Sie unter
www.meinschoengarten-abo.de/agb abrufen.
Die Bestellung können Sie bis 14 Tage nach Erhalt
des 1. Heftes widerrufen, z.B. schriftlich an
Kundenservice (Abonnenten Service Center GmbH),
Postfach 136, 77649 Offenburg.

*Alle Preise in Euro inklusive der gesetzlichen
MwSt. und Versand.

** 20 ct/Anruf aus dem dt. Festnetz, aus den Mobil-
funknetzen max. 60 ct/Anruf, Ausland abweichend.

Ja, ich bestelle

Meine gute Landküche 0 7 2 Objekt-Nr. 1 8 8 6 8 (Berech. Jährl./ 6 Hefte, zzt. € 29,70*)

☐ für mich 6 4 3 3 4 2 E Aboart: 0 0 Aboherkunft: 2 0
☐ als Geschenk 6 4 3 3 4 2 G Aboart: 1 0 Aboherkunft: 2 0

ab der nächsterreichbaren Ausgabe. Das Abo kann ich nach Ablauf von 12 Monaten jederzeit wieder kündigen. Produktversand nur innerhalb Deutschlands möglich. Mein Dankeschön erhalte ich umgehend nach Zahlung der ersten Rechnung. Ich habe ein gesetzliches Widerrufsrecht. Auslandskonditionen auf Anfrage.

Anschrift: (Bitte in Großbuchstaben ausfüllen)

☐ Frau ☐ Herr
Anrede Vorname

Name

Straße, Nr.

PLZ Wohnort

Telefon

E-Mail

Ich zahle bequem per Bankeinzug und erhalte zusätzlich 1 kostenloses Heft. **K B 0 1** 1 Heft Gratis

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige die M.I.G. Medien Innovation GmbH, wiederkehrende Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Verlag auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Für Zahlungen per SEPA-Lastschrift aus dem Ausland kontaktieren Sie bitte unseren Kundenservice.

D E IBAN Ihre BLZ Ihre Konto-Nr.

Zahlungsempfänger: M.I.G. Medien Innovation GmbH, Hubert-Burda-Platz 1, 77652 Offenburg, Gläubiger-ID: DE20ZZZ00000072747, Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Das Geschenkabon geht an:
(Bitte in Großbuchstaben ausfüllen)

☐ Frau ☐ Herr
Anrede Vorname

Name

Straße, Nr.

PLZ Wohnort

Telefon

E-Mail

Als Dankeschön möchte ich:

Bitte hier 4-stellige Prämiennr. eintragen: (siehe Heftanzeige)
Evtl. anfallende Zuzahlung entnehmen Sie bitte der Heftanzeige.

☐ Ich bin einverstanden, dass mich Burda Direkt Services GmbH, Hubert-Burda-Platz 2, 77652 Offenburg, telefonisch, per E-Mail oder Post für ihre Kunden auf interessante Medien-, Touristik- und Versandhandelsangebote hinweist und hierzu meine Kontaktdaten für Werbezwecke verarbeitet. Teilnahme ab 18 Jahren. Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufbar. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Weitere Informationen unter www.burdadirect.com/datenschutz.

X
Datum, Unterschrift (Unterschriftenfeld ist Pflichtfeld)

Datenschutzinfo: Kontakt zum Datenschutzbeauftragten: Abonnenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel.: 0781-6396100. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragserfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO), solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde.

Goldenes Leuchten auf dem Teller

Ob herzhaft oder süß, Kurkuma ist vielseitig einsetzbar – in Suppen, zu Fleisch oder Fisch, Gemüse oder Reis, in Marmelade, Kuchen oder Eis

Kurkuma zählt zur Familie der Ingwergewächse und ist auch unter den Namen Gelbwurz oder gelber Ingwer bekannt. Als Gewürz wird ihr Wurzelstock verwendet. Frisch gerieben (beim Verarbeiten Einmalhandschuhe tragen), schmeckt er mild mit feinen Noten von Kampfer und Eukalyptus, das getrocknete Pulver besitzt dagegen feinerbe bis leicht bittere Noten mit zarter Schärfe. Es ist Bestandteil vieler Curry-Mischungen.

Im Kurkuma-Rhizom stecken sekundäre Pflanzenstoffe, die antioxidativ wirken. So sollen sie Körperzellen schützen, das Herz stärken und bei Erkältungskrankheiten helfen. Der orangegelbe Farbstoff Curcumin soll zudem Entzündungen hemmen und die Verdauung anregen. Bei der Verwendung stets etwas Pflanzenöl, Sahne, Butter oder Joghurt zugeben, da die wertvollen gesundheitsförderlichen Farbstoffe fettlöslich sind.



Fotos: StockFood/Maricruz Avalos Flores/The Picture Pantry



Süßkartoffel-Kurkuma-Suppe

Für 4 Portionen

- 2 Schalotten • 2 Knoblauchzehen
- 2 cm Ingwer • 800 g Süßkartoffeln
- 3 EL Olivenöl • 1 Zimtstange
- 1–2 TL Kurkumapulver
- je 1 TL Koriander- und Kreuzkümmelpulver • Salz, Pfeffer • 2 Msp. Chiliflocken
- ca. 800 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kokosmilch • 4 EL Crème double
- 1 EL Schnittlauchröllchen

1. Schalotten, Knoblauch und Ingwer abziehen bzw. schälen und hacken. Süßkartoffeln schälen und grob würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten, Knoblauch und Ingwer darin kurz anschwitzen. Zimt, Kurkuma, Koriander und Kreuzkümmel zufügen und noch ca. 1 Minute mit angehen lassen, bis sie zu duften beginnen.

2. Süßkartoffeln zufügen, mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Brühe und Kokosmilch angießen und alles bei kleiner Hitze 15–20 Minuten köcheln lassen, bis die Süßkartoffeln weich sind. Dann die Zimtstange wieder entfernen, die Suppe fein pürieren und abschmecken.

3. Die Suppe in Schälchen verteilen und jeweils 1 EL Crème double unterziehen. Leicht mit Pfeffer übermahlen, mit Kurkumapulver bestreuen und mit Schnittlauch garniert servieren. Nach Belieben Röstbrot dazureichen.

Eingelegter Kohl mit Kurkuma (Kimchi)

Für 4 Portionen

- 1 kg Chinakohl • 25 g Salz • 2 Möhren
- 150 g Rettich • je 1 Stück frischer Ingwer & Kurkuma (à ca. 3 cm) • 3 Knoblauchzehen
- 1 kleine rote Chilischote
- 1 EL Zucker • 1–2 TL Chilipulver

1. Den Kohl putzen, evtl. die äußeren Blätter entfernen. Kohl abbrausen, längs vierteln.

2. Salz und 1 l Wasser verrühren. Den Kohl darin 6–8 Stunden (oder über Nacht) einlegen. Anschließend den Kohl gründlich mit Wasser abspülen, den Strunk entfernen. Den Kohl in feine Streifen schneiden und gut abtropfen lassen.

3. Die Möhren schälen und in feine Streifen schneiden oder raspeln. Den Rettich schälen, 100 g davon fein hobeln.

4. Ingwer, Kurkuma und Knoblauch schälen und fein reiben. Chilischote abbrausen und putzen. Chili und den übrigen Rettich (50 g) fein würfeln. Mit Ingwer, Kurkuma und Knoblauch pürieren. Zucker und Chilipulver unterrühren.

5. Kohl, Möhren und Rettich mit der Würzpaste gründlich durchkneten. Das Gemüse ohne Lufteinschlüsse in ein großes, sauberes Glas einpressen. Locker zugedeckt (damit Gärgase entweichen können) 3–4 Tage bei Raumtemperatur fermentieren. Dann mind. noch 1–2 Tage im Kühlschrank ziehen lassen.





Kartoffel-Kurkuma-Eintopf mit Huhn

Für 4 Portionen

• 800 g Hähnchenkeulen • 200 g Zwiebeln
 • 3 Knoblauchzehen • 15 g frischer Ingwer
 • 500 g vorw. festkochende Kartoffeln
 • 1 Bund Koriander • 3 EL Erdnussöl
 • evtl. 1 Chilischote • 5 Gewürznelken
 • 1 Zimtstange • ½ TL Kurkumapulver
 • 1 TL Kreuzkümmel • 2 TL Currypulver
 • 500 ml Geflügelbrühe • 100 g getrocknete Aprikosen • 300 ml Kokosmilch • Salz, Pfeffer

1. Hähnchenkeulen abbrausen und im Gelenk halbieren. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, Zwiebeln grob würfeln, Knoblauch fein hacken. Ingwer schälen, fein reiben. Kartoffeln schälen, waschen, klein schneiden. Korianderblättchen abzupfen, grob hacken.

2. Das Öl in einem großen Topf erhitzen. Das Hähnchen darin kräftig anbraten, dann herausheben. Zwiebeln, Knoblauch, evtl. Chili, Ingwer, Nelken und Zimt in den Topf geben und alles ca. 3 Minuten unter Rühren braten.

3. Kartoffeln, Kurkuma, Kreuzkümmel und 1 TL Currypulver unterrühren. Die Brühe angießen und aufkochen. Hähnchen, Aprikosen und Kokosmilch zugeben, alles zugedeckt etwa 25 Minuten köcheln lassen.

4. Den Eintopf mit dem übrigen Curry, Salz und Pfeffer würzen, dann ohne Deckel noch ca. 5 Minuten kochen lassen. Den Koriander einrühren und den Eintopf servieren.

Kurkuma-Seelachs mit Kartoffel-Salat

Für 4 Portionen

Für den Salat:

• 1 kg festkochende Kartoffeln
 • 150 ml Gemüsebrühe • 2 EL Olivenöl
 • 4 EL Apfelessig • 1 TL gemahlene Kurkuma • 1 EL körniger Senf • 1 Prise Zucker • Salz, Pfeffer • 1 Salatgurke
 • 1 Avocado • 1–2 EL Schnittlauchröllchen

Für den Fisch:

• 4 Seelachsfilets (je ca. 125 g)
 • 1 Stück Kurkuma (6 cm lang)
 • 1 kleine Knoblauchzehe • ½ rote Chilischote • 2 Bio-Limetten • 4 EL Olivenöl
 • 2 TL Honig • Salz, Pfeffer

1. Kartoffeln waschen und ca. 30 Minuten kochen. Abgießen und ausdampfen lassen.

2. Den Fisch abbrausen und trocken tupfen. Kurkuma schälen und fein raspeln (Einmalhandschuhe tragen). Knoblauch schälen und fein hacken. Die Chilischote putzen, abbrausen und klein hacken. Die Limetten heiß abbrausen und trocken reiben, dann

die Schale abreiben. Die Früchte halbieren und auspressen.

3. Kurkuma, Knoblauch, Chili, Limettenschale und -saft mit 2 EL Olivenöl, Honig, Salz und Pfeffer mischen. Fisch mit der Marinade einreiben, 30 Minuten ziehen lassen.

4. Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden. Gemüsebrühe erhitzen, heiß mit Olivenöl, Essig, Kurkuma und Senf verrühren. Die Kartoffeln zufügen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen, 30 Minuten ziehen lassen.

5. Die Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in ca. ½ cm dicke Scheiben schneiden. Avocado halbieren, Kern entfernen, mit einem großen Löffel das Fruchtfleisch am Stück herauslösen. Avocado in Spalten schneiden. Gurke, Avocado und Schnittlauchröllchen vorsichtig unter den Kartoffel-Salat mischen.

6. Fisch aus der Marinade nehmen, etwas abtropfen lassen. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, den Fisch darin von beiden Seiten 6–8 Minuten braten. Mit Salat servieren.



Gebratener Kurkuma-Reis mit Möhren, Ingwer & Erbsen

Für 2 Portionen

- 200 g Reis • Salz
- 1 Zwiebel • 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück Ingwer (2 cm lang)
- 1 Stück Kurkuma (3 cm lang)
- 3 Möhren • 2 EL Kokosöl
- 200 g TK-Erbsen • Pfeffer
- ½ Bund Petersilie

1. Den Reis in ca. 500 ml leicht gesalzenem Wasser aufkochen und zugedeckt 15 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren. Den Topf vom Herd nehmen und den Reis 10 Minuten quellen lassen.

2. Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Kurkuma abziehen bzw. schälen und fein hacken (dabei am besten Einmalhandschuhe tragen). Die Möhren schälen und grob raspeln.

3. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch anschwitzen. Ingwer und Kurkuma zufügen, 1 Minute braten. Möhren, Erbsen und Reis zufügen und weitere 5–6 Minuten anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Petersilie abbrausen, trocken schütteln und hacken. Reis mit Petersilie bestreut servieren.



Kartoffel-Rosenkohl-Auflauf mit Hähnchen

Für 4 Portionen

- 600 g vorw. festkochende Kartoffeln
- Salz • 500 g Rosenkohl
- 350 g Hähnchenbrustfilet
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Kurkumapulver
- 200 g Sauerrahm • 100 ml Gemüsfond
- 50 ml Weißwein • 200 g Sahne
- Salz, Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 1 TL Kurkumapulver
- 175 g geriebener Gouda

1. Die Kartoffeln schälen, abbrausen, in Würfel schneiden und ca. 15 Minuten in Salzwasser kochen. Anschließend die Kartoffeln in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

2. Inzwischen den Rosenkohl putzen und die Strünke kreuzweise einschneiden. Den Kohl

in Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3. Das Fleisch abbrausen, trocken tupfen, in mundgerechte Würfel schneiden und salzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Fleisch darin 3–4 Minuten anbraten, dabei mit Kurkuma bestäuben. Dann die Pfanne vom Herd ziehen.

4. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln, den Kohl und das Fleisch in einer Auflaufform (ca. 20 x 30 cm) verteilen.

5. Sauerrahm, Fond, Wein und Sahne in einer Schüssel verrühren, mit Salz, Pfeffer, Muskat und Kurkuma abschmecken. Die Soße über Gemüse und Fleisch gießen und mit dem Käse bestreuen. Den Auflauf ca. 35 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und servieren.

Indisches Gewürzhähnchen

Für 4 Portionen

- 1 Stück Ingwer (ca. 50 g) • 2 Bio-Limetten
- 150 g Vollmilchjoghurt • 2 EL Tandoori-Paste (indische Würzpaste, siehe Tipp)
- 2 EL Sonnenblumenöl • 4 Hähnchenbrustfilets ohne Haut (à 150 g) • Salz • Fladenbrot (z. B. Naan-Brot zum Aufbacken; 260 g)

1. Den Ingwer dünn schälen und fein reiben. Limetten heiß abbrausen, trocken reiben, die Schale abreiben oder mit einem Zestenreißer abziehen. 1 Limette auspressen. 1 TL Limettenschale, Ingwer, Limettensaft, Joghurt, Tandoori-Paste und 2 EL Öl verrühren. Das Hähnchen abbrausen, trocken tupfen, mit der Paste bestreichen und zugedeckt mind. 60 Minuten (am besten über Nacht) kalt stellen.

2. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) heizen. Hähnchenfilets in eine geölte Auflauf-

form legen und salzen, im Ofen ca. 30 Minuten backen, dabei einmal wenden.

3. Inzwischen das Brot nach Packungsangabe in der Pfanne oder im Ofen auf einem Gitter unter dem Fleisch (evtl. auf Umluft schalten) aufbacken. Anschließend die Hähnchenfilets aufschneiden, mit der übrigen Limettenschale bestreuen und mit dem Brot servieren.

Tipp: Für eine selbst gemachte Tandoori-Paste je 2 TL Kreuzkümmel und Koriandersamen, ½ TL Zimt, je 1 TL Gewürznelkenpulver, Chili, Ingwer und Kurkuma in einer Pfanne rösten, bis sie duften. Abkühlen lassen. Dann den Mix mit 1 TL Salz und evtl. ¼ TL roter Lebensmittelfarbe mischen, im Universalzerkleinerer oder Mörser fein zermahlen. Mit etwas Öl zu einer Paste rühren. Evtl. noch 1 zerdrückte Knoblauchzehe unterrühren.



Ananas-Kurkuma-Marmelade

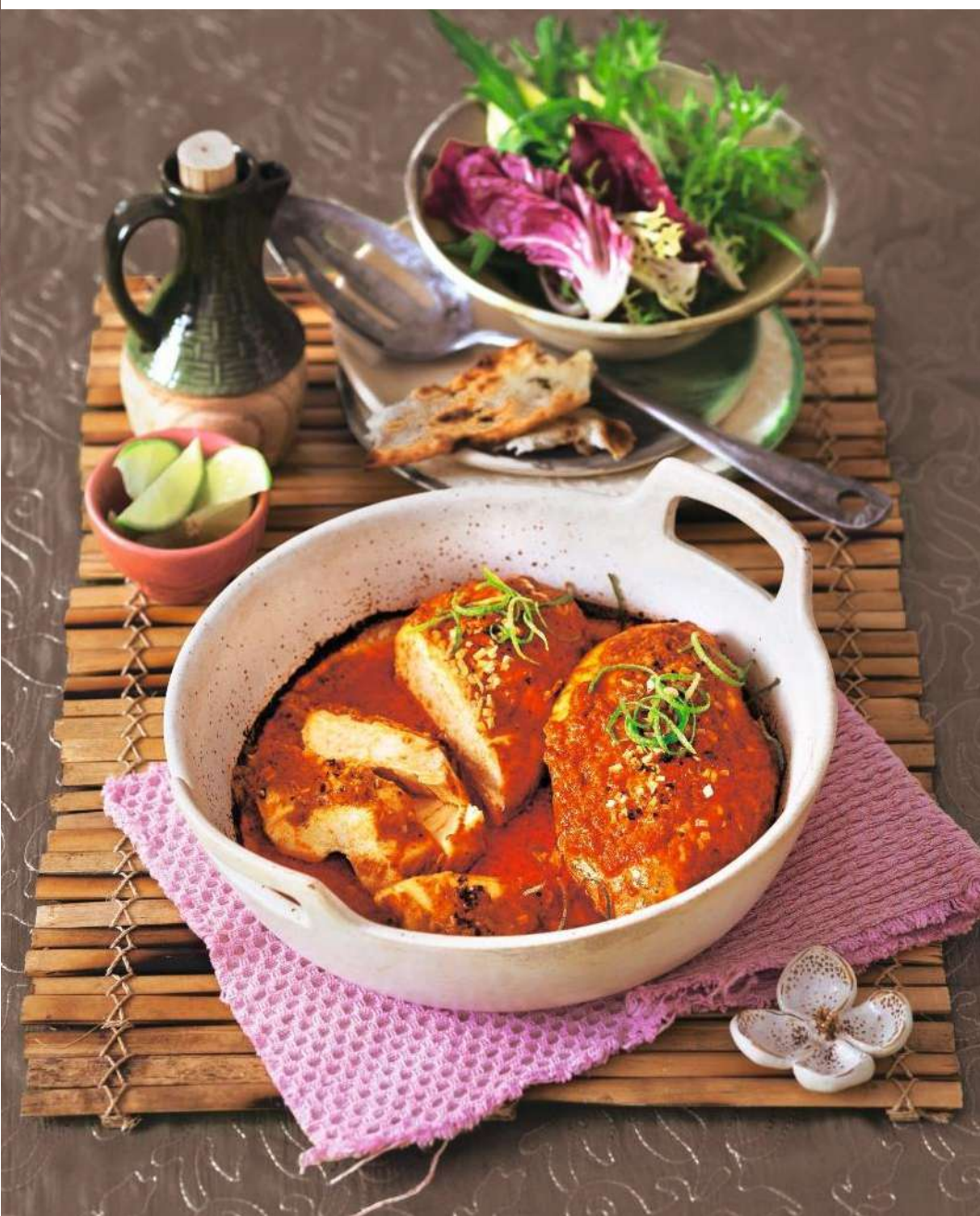
Für 2 Gläser (à 250 ml)

- 1 Ananas (ca. 1,2 kg; ca. 500 g Fruchtfleisch)
- 1 Stück Kurkuma (5 cm lang)
- 1 Stück Ingwer (2 cm lang)
- 1 Prise Pfeffer
- 250 g Gelierzucker (2:1)

1. Das Grün der Ananas abschneiden. Ananas längs vierteln, schälen und den Strunk heraus-schneiden. Die Augen großzügig entfernen. Das Fruchtfleisch der Ananas in kleine Würfel schneiden. Kurkuma und Ingwer schälen und fein raspeln (Einmalhandschuhe tragen).

2. Ananas, Kurkuma, Ingwer und Pfeffer fein pürieren. Die Masse in einen Topf geben und mit Gelierzucker mischen. Unter Rühren aufkochen und ca. 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Dabei immer wieder sorgfältig den Schaum abschöpfen.

3. Eine Gelierprobe machen und die Marmelade heiß in saubere Gläser füllen. Diese sofort verschließen und vollständig abkühlen lassen.





Goldene Milch

Für 2 Portionen (à 300 ml)

- 4 daumengroße Kurkumawurzeln
- 1 TL Kokosöl • 1 EL Agavendicksaft (oder Ahornsirup) • 600 ml Pflanzenmilch (z. B. Mandel oder Soja) • 1 TL schwarzer Pfeffer • 1 TL Kardamom • 1 TL Zimt
- 30 g Ingwer

1. Die Kurkuma gut waschen oder schälen. Mit den anderen Zutaten in einem Mixer auf höchster Stufe für 2 Minuten mixen.

2. Die Goldene Milch anschließend in einen Topf geben und 5 Minuten köcheln lassen. In Tassen füllen und sofort genießen.

Tipp: Sie können auch 1 Becher (Pflanzen-) Milch und 1 TL Kurkuma-Paste verquirlen und in einem Topf erwärmen. Dann etwas frisch gemahlenen schwarzen Pfeffer und Ghee (geklärte Butter) oder ein mildes Öl wie Mandelöl zufügen, denn so entfaltet sich die Wirkung der Kurkuma am besten. Nach Belieben die Milch mit etwas Honig oder Agavendicksaft süßen. Ein Becher kann z. B. abends als Schlummertrunk genossen werden. Für eine Kur nimmt man das Getränk über etwa drei Monate regelmäßig zu sich.

Goldgelbe Süßigkeiten

Kurkuma-Sahne-Eis mit Mandelkrokant

Für 6 Portionen

Für das Eis:

- 1 Vanilleschote • 100 g Puderzucker
- 1 EL gemahlene Kurkuma • 1 Prise Pfeffer
- 2 Eier • 250 g Sahne

Für den Krokant:

- 100 g Mandelstifte • 60 g Zucker

1. Die Vanilleschote längs aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Puderzucker, Kurkuma, Vanillemark und Pfeffer mischen. Die Eier ca. 5 Minuten weiß-schaumig schlagen. Die Puderzuckermischung langsam unterrühren. Die Sahne zugießen und alles gut verrühren.

2. Die Masse in der Eismaschine cremig gefrieren lassen. Alternativ die Eismasse in einer

gekühlten Plastiktüte mind. 8 Stunden tiefkühlen. Nach 1–2 Stunden das Eis mit einem Schneebesen oder einem Stabmixer gut aufmixen. Dies während des Gefriervorgangs alle 30–60 Minuten wiederholen.

3. Für den Krokant die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Den Zucker esslöffelweise zufügen, jedoch immer erst dann, wenn er in der Pfanne vollständig karamellisiert ist. So fortfahren, bis die Mandeln vollständig mit Zucker ummantelt sind. Mandeln auf Backpapier abkühlen lassen, dann grob hacken.

4. Eis in Eiswaffeln oder Schüsselchen füllen und mit Mandelkrokant bestreut servieren. Für ein goldenes Topping den Krokant mit gemahlener Kurkuma verfeinern.





Käsekuchen mit Kurkuma-Honig-Creme

Für ca. 12 Stücke

Für den Teig:

- 250 g Mehl • 1 Ei • 100 g Butter • 1 Prise Salz
- 30 g Zucker • ½ TL Zimtpulver

Für den Belag:

- 400 g Frischkäse • 400 g Schmand • 3 Eier
- 1 TL Ingwerpulver • jeweils 1 Msp. gemahlene Vanille, gemahlener Kardamom, gemahlene Gewürznelken & gemahlener Pfeffer
- 100 g Zucker • 2 EL Speisestärke

Für die Creme:

- 350 g Crème fraîche
- 2 TL gemahlene Kurkuma • 2 EL Honig

1. Für den Teig alle Zutaten glatt verkneten und dabei nach Bedarf etwas kaltes Wasser ergänzen. Den Teig zur Kugel formen und in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Minuten kalt stellen.

2. Den Ofen auf 180 Grad Unter- und Oberhitze vorheizen. Eine Springform (ø ca. 24 cm) fetten.

3. Den Teig ausrollen und die Form damit auslegen, dabei einen 3–4 cm hohen Rand formen. Auf den Teigboden Backpapier legen, darauf Hülsenfrüchte verteilen und den Boden im Ofen ca. 10 Minuten vorbacken. Anschließend die Form aus dem Ofen nehmen, die Hülsenfrüchte und das Backpapier entfernen.

4. Die Ofentemperatur auf 160 Grad reduzieren.

5. Für die Füllung den Frischkäse mit dem Schmand, mit Eiern, Gewürzen und dem Zucker glatt rühren. Dann die Stärke darübersieben und unterrühren. Den Frischkäse-Schmand-Mix auf den Kuchenboden füllen und glatt streichen. Den Kuchen im Ofen ca. 50 Minuten backen. Falls er zu braun wird, den Kuchen gegen Ende der Backzeit mit Backpapier abdecken. Anschließend herausnehmen und auskühlen lassen.

6. Für die Creme Crème fraîche mit Kurkuma und Honig glatt rühren und auf den Kuchen streichen. Den Kuchen über Nacht kalt stellen.

Gut zu wissen

**Praktische Tipps & Tricks
für den Alltag und eine
genussvolle Adventszeit**

Schneidebretter reinigen

Lebensmittel wie Paprika, Rote Bete oder Zwiebeln hinterlassen auf Schneidebrettern aus Holz nicht nur Verfärbungen, sondern auch Gerüche. Die Bretter anschließend mit Salz (oder Natron) und Zitronensaft reinigen. Beides einarbeiten, kurz warten und abspülen.



(Rot-)Kohlroulade

Verwenden Sie anstelle von Wirsing oder Weißkohl die aromatischen Blätter des Rotkohls für Rouladen. Die violett-farbenen Kohlblätter sehen schön aus und schmecken gut.



Versalzene Suppe retten

Ist zu viel Salz in die Suppe geraten, geben Sie einfach eine rohe Kartoffel in den Topf und kochen diese mit. Kartoffel vorher schälen. Die rohe Knolle nimmt das Salz aus der Suppe auf und speichert es. Ein Tee-Ei, das mit Reiskörnern gefüllt ist, kann den Schaden ebenfalls beheben.



Schnelle Hilfe Eingemachtes

Deckel von Einmachgläsern lassen sich oft nur schwer öffnen. Ist dies der Fall, versuchen Sie es mit Gummihandschuhen oder indem Sie ein Küchentuch um den Deckel legen. Hilft das nicht, drehen Sie das Glas zuerst vorsichtig auf den Deckel und geben ihm mit der Hand einen leichten Klaps auf die Unterseite. Oft gibt es ein Geräusch und das Glas lässt sich ganz leicht öffnen. In hartnäckigen Fällen halten Sie das Glas kopfüber unter fließendes heißes Wasser. So löst sich das Vakuum und der Deckel kann mühelos abgeschraubt werden. Keine Löcher in den Deckel stechen, da Rückstände in den Inhalt gelangen könnten.



Das sorgt für Abwechslung Apfelsaft als Bratenfond

Fruchtsäfte verleihen herzhaften Speisen eine ganz neue Geschmackskomponente. Löschen Sie den Bratensatz von Rindfleisch beispielsweise mit dunklem Trauben-, Preiselbeer- oder Johannisbeersaft ab. Die Soße erhält dann eine fruchtige Note. Für die Marinade eines klassischen Sauerbratens eignet sich heller Traubensaft am besten. Das Fleisch wie gewohnt in der Marinade und den entsprechenden Gewürzen ziehen lassen und anschließend anbraten. Putenschnitzel nehmen den frischen und fruchtigen Geschmack von Apfelsaft und klein geschnittener Minze an, wenn sie ein paar Stunden darin ziehen konnten. Fruchtsaft kommt auch bei der Zubereitung von Gemüse zum Einsatz. Etwa beim Kochen von Sauerkraut oder Püree mit Apfelsaft.



Salmonellenbefall vorbeugen

Eierkartons aus Pappe sollte man nicht wieder verwenden. Da sie nur schwer zu reinigen sind, können frische Eier schnell mit Keimen und Salmonellen infiziert werden. Statt dessen lieber Behälter aus Edelstahl oder Kunststoff verwenden (z. B. Emsa), die sich einfach und gründlich reinigen lassen. Benutzte Eierkartons aus Einweg-Kunststoff im Gelben Sack entsorgen. Eierkartons aus Pappe werden im Altpapier abtransportiert.



Knackige Wintersalate ernten

Wer meint, während der kalten Jahreszeit wächst im Salatbeet nichts, irrt sich. Jetzt haben Zichoriensalate wie Zuckerhut und Radicchio, Feldsalat, Endivien sowie Frisée Saison. Bei allen Sorten sollte man zum richtigen Zeitpunkt ernten. Diese ist um die Mittagszeit, denn dann ist der Stoffwechsel der zarten Pflanzen in Gang gekommen und der natürliche Nitratgehalt hat abgenommen. Chinakohl kann ebenfalls gut als Wintersalat verwendet werden. Er schmeckt auch gekocht in asiatisch inspirierten Gerichten sehr lecker.

Schokoladengenuss zum Trinken

Heiße Schokolade wärmt nach einem Winterspaziergang Körper und Seele gleichermaßen wieder auf. Wer möchte, verfeinert das genussvolle Heißgetränk mit verschiedenen Gewürzen. Eine Prise Chili steigert das Wohlbefinden und wärmt von innen. Ingwer, Zimt und Kardamom verleihen der heißen Schokolade eine orientalische Note. Beim Würzen

gilt: lieber erst nur wenig würzen und bei Bedarf etwas mehr von den aromatischen Pulvern und Flocken zugeben. Eine aufgeschlagene Vanillesahne passt perfekt zum dunklen Wohlgefühlgetränk. Hierfür Sahne mit Vanillezucker aufschlagen.



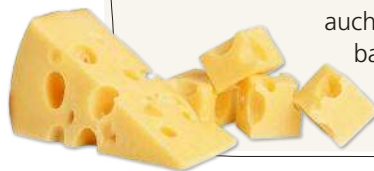
Schön zart Suppenfleisch

Rindfleisch für die Suppe sollte stets in kaltes Wasser gegeben und mit diesem zusammen erhitzt werden. Das Fleisch soll dabei nur in siedendem Wasser ziehen und nicht kochen. Schaum rechtzeitig abschöpfen. Gut schneiden lässt sich das Fleisch, wenn es in der Brühe abkühlt. Schneiden Sie Rindfleisch immer gegen die Faser auf. Wer möchte, nimmt das Fleisch aus der noch heißen Brühe und schreckt es in Eiswasser ab. Anschließend im Kühlschrank aufbewahren und klein schneiden und später zur Suppe geben.



Käsereste verwenden

Viel Käsesorten können problemlos eingefroren werden. Dazu zählen vor allem Hartkäse wie Parmesan und Pecorino oder Schnittkäse wie Edamer und Gouda. Hierfür am besten einen Gefrierbeutel verwenden. Käsereste eignen sich aber auch perfekt zum Überbacken oder als Zutat im Omelett.



Blumenkohl kochen

Damit die Röschen schön weiß bleiben, gibt man einen Spritzer Zitronensaft, Essig oder einen Schuss Milch zum Kochwasser. Blumenkohl nicht länger als 15 Minuten kochen, so bleibt er fest und wird nicht matschig.



Knusprig gebackene **PARTYBROTE**

Frisch aus dem Ofen schmecken
die köstlich gefüllten Leckerbissen am besten



Brotbraten



Gulasch im Brot

Rezepte Seite 82





Ofenkäse im Brötchenkranz

Für 4–6 Portionen

- 500 g Mehl • 1 Ei • Salz • 1 Würfel Hefe (42 g) • 1 TL Zucker
- 150 ml lauwarme Milch • 2 Knoblauchzehen • 3 Zweige Rosmarin
- 100 g geriebener Käse (z. B. Bergkäse, Gouda) • 60 g Butter
- 1 Zwiebel • 1 EL Olivenöl • 1 Frühlingszwiebel • 250 g Camembert
- Rucola zum Garnieren

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben. Ei und 1 TL Salz zufügen, die Hefe dazubrückeln. Zucker und lauwarme Milch zufügen, alles gut vermischen. Knoblauch abziehen und fein würfeln. Rosmarinnadeln abstreifen, fein hacken und mit dem Knoblauch in die Schüssel geben. Alles gut vermengen, den geriebenen Käse unterkneten und den Teig mit einem Tuch bedeckt ca. 60 Minuten gehen lassen.
2. Den Teig in ca. 2 cm dicke Scheiben teilen, jeweils zu einer Rolle formen, quer in Scheiben schneiden und zu kleinen Kugeln formen, ca. 15 Minuten gehen lassen.
3. Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kranzkuchenform (mit entsprechend großem Loch in der Mitte) mit etwas Butter fetten. Die übrige Butter in einer Kasserolle erhitzen. Die Teigkugeln darin wenden, in 2 Reihen in die vorbereitete Form setzen und im Backofen ca. 25 Minuten backen.
4. Inzwischen die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. In einer beschichteten Pfanne im Öl goldgelb anschwitzen und leicht bräunen. Die Frühlingszwiebel abbrausen, putzen, schräg in Ringe schneiden und 1–2 Minuten mit der Zwiebel mitgaren. Den Camembert in eine Papierform setzen und ca. 10 Minuten backen.
5. Rucola abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Den Brottring kurz abkühlen lassen, auf eine Platte setzen und die Zwiebelmischung darauf verteilen. Den Käse in die Mitte stellen, etwas öffnen und evtl. leicht mit Pfeffer übermahlen. Alles mit Rucola garniert servieren. Evtl. Gemüsesticks zum Dippen dazu reichen.

Pizza-Kranz

Für ca. 10 Stücke

Für den Teig:

- 350 g Mehl (Type 405) • Salz • 1 TL Zucker • ½ Würfel Hefe (21 g)
- 2 EL Olivenöl • 150 g Hartweizengrieß

Außerdem:

- 1 Zwiebel • 2 Knoblauchzehen • 4 EL Öl • 200 g stückige Tomaten (Dose)
- 3 EL Tomatenmark • 1 TL Oregano • 1 TL frische Thymianblättchen
- Pfeffer • 200 g Salami (am Stück) • 2 Kugeln Mozzarella à 125 g
- 1 gelbe Paprikaschote • 100 g Pizza-Käse

1. Mehl, je 1 TL Salz und Zucker in eine Schüssel geben. Eine Mulde hineindrücken. Hefe hineinbrückeln, mit 3 EL warmem Wasser verrühren, 10 Minuten gehen lassen. Alles mit ca. 280 ml warmem Wasser und Öl verkneten, dann den Grieß unterkneten. Den Teig an einem warmen Ort zugedeckt 45 Minuten gehen lassen.
2. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. 1 EL Öl erhitzen, beides darin 1–2 Minuten andünsten. Tomaten, Tomatenmark, Oregano und Thymian zugeben, alles bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten köcheln lassen. Salzen und pfeffern. Salami würfeln, Mozzarella in Scheiben schneiden. Paprika putzen, abbrausen und würfeln.
3. Teig auf bemehlter Fläche kurz durchkneten, rechteckig (ca. 60 x 30 cm) ausrollen. Mit Tomatensoße bestreichen, dabei einen Rand frei lassen. Paprika, Salami und Mozzarella auf der Soße verteilen, den Rand mit Wasser bepinseln. Den Teig von der langen Seite her einrollen, die Naht andrücken. Teig mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, zum Kranz formen. Mit übrigem Öl beträufeln, mit Käse bestreuen, ca. 30 Minuten gehen lassen.
4. Ofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Kranz ca. 35 Minuten backen.





Sandwich-Brot

Für ca. 10 Stücke

Für den Teig:

- 450 g Dinkelmehl (Type 630) • 1 Würfel Hefe (42 g)
- 1 TL Zucker • Salz • 50 g weiche Butter

Außerdem:

- 250 g geriebener Cheddar • 300 g Schmand • 3 Spritzer Tabasco
- Chiliflocken • Pfeffer • 200 g gekochter Schinken (in Scheiben)

1. Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe hineinbröckeln, mit 250 ml lauwarmem Wasser, Zucker und ½ TL Salz verrühren. Butter zufügen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig an einem warmen Ort zugedeckt 45 Minuten gehen lassen.

2. Den Teig kurz durchkneten und auf bemehlter Fläche quadratisch (ca. 40 x 40 cm) ausrollen. Den Käse mit Schmand verrühren. Mit Tabasco, Chiliflocken, Salz und Pfeffer würzen. Die Schinkenscheiben vierteln.

3. Ofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Eine Kastenform (ca. 30 cm) gut fetten.

4. Teigquadrat in 5 Streifen (ca. 8 cm breit) teilen, dann jeden Streifen in 5 Quadrate schneiden. Den Schmand-Mix auf den Quadraten verteilen, Schinken darauflegen. Die Form senkrecht aufstellen und die Teigquadrate in die Form stapeln (siehe Foto). Zugedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen.

5. Das Brot mithilfe einer Sprühflasche mit etwas Wasser benetzen und im Ofen ca. 45 Minuten backen.



Laugenbrötchen-Sonne mit Schinken & Käse

Für 12 Brötchen

Für den Teig:

- 1 Würfel Hefe (42 g) • 1 TL Zucker • 500 g Mehl • Salz • 3 EL Pflanzenöl • 2 EL Natron

Für die Füllung:

- 100 g Rohschinken • 2–3 Frühlingszwiebeln • ½ Handvoll Kräuter (z. B. Petersilie, Thymian, Schnittlauch) • 200 g Frischkäse • Pfeffer • 120 g geriebener Appenzeller
- 80 g geriebener Emmentaler • 1 Ei

1. Für den Teig die Hefe zerbröckeln, mit dem Zucker und 250 ml lauwarmem Wasser verrühren und 10–15 Minuten stehen lassen.

2. Mehl mit Salz in einer Schüssel vermischen. Angerührte Hefe zufügen und das Öl unterrühren. Alles in 10–15 Minuten erst mit dem Rührgerät, dann von Hand zu einem glatten geschmeidigen Teig verkneten, evtl. noch etwas Mehl oder Wasser einarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen und zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.

3. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten, dann zu einer Rolle formen und in 12 gleich große Portionen teilen. Stücke zu Kugeln formen, diese zugedeckt ca. 15 Minuten ruhen lassen. Eine runde Backform (ø 26–28 cm) fetten.

4. Natron mit 1,5 l Wasser aufkochen, einige Minuten köcheln lassen. Die Teigkugeln portionsweise einlegen, ca. 1 Minute kochen, dabei einmal wenden. Herausnehmen, abtropfen lassen. Die Kugeln am Rand entlang in die Form setzen. Kugeln auf der Oberfläche kreuzweise einschneiden.

5. Für die Füllung den Schinken fein würfeln. Die Frühlingszwiebeln abbrausen, putzen und schräg in feine Ringe schneiden, einige zum Garnieren beiseitelegen. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und fein hacken. Beides mit Zwiebeln, Frischkäse, Salz, Pfeffer vermengen. Dann Käse und Schinken untermischen und die Masse in der Mitte der Form glatt streichen.

6. Ofen auf 175 Grad Umluft vorheizen. Ei verquirlen und Teigkugeln damit bestreichen. Die Brötchen-Sonne ca. 35 Minuten backen. Herausnehmen, mit übrigen Frühlingszwiebeln bestreuen.



Pesto-Sonne

Für 12 Stücke

- 600 g Weizenmehl (Type 550) • 1 Würfel Hefe (42 g)
- 1 TL Zucker • Salz • 120 ml Olivenöl
- 1 Bund Basilikum • 60 g Pinienkerne • 50 g geriebener Parmesan • 1 Prise Meersalz • 100 g Ajvar (Paprikapaste)
- 50 g geriebener Käse (z. B. Gouda)

1. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe hineinbröckeln, mit ca. 300 ml lauwarmem Wasser, Zucker und 1 TL Salz verrühren. 50 ml Öl zufügen. Alles zu einem glatten Teig verkneten und diesen an einem warmen Ort zugedeckt 45 Minuten gehen lassen.

2. Das Basilikum abbrausen, trocken schütteln und grob hacken. Mit Pinienkernen und 70 ml Öl im Alleszerkleinerer fein pürieren. Den Parmesan unterheben, das Pesto mit Meersalz würzen.

3. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.

4. Den Hefeteig kurz durchkneten und in 3 Portionen teilen. Die Teiglinge auf bemehlter Arbeitsfläche rund (ø 30 cm) ausrollen. Den 1. Kreis mit Pesto, den 2. mit Ajvar bestreichen und mit geriebenem Käse bestreuen. Beide Kreise aufeinandersetzen und mit dem letzten Kreis bedecken. Auf das Blech legen.

5. Mit dem Rand eines Glases (ø 5–6 cm) einen Kreis mittig in den großen Kreis drücken. Teig vom Rand her in 12 „Tortenstücke“ schneiden, dabei nur bis zum inneren Kreis schneiden. Die Stücke jetzt einmal verdrehen. Den Teig dünn mit Wasser bestreichen und im Ofen ca. 30 Minuten backen. Dazu passt ein Olivendip.



Brotbraten



Für 6 Portionen

- 1 Zwiebel • 1 Bund Suppengrün (geputzt, in Stücke geschnitten)
- 2 Lorbeerblätter • 1 Nelke
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- 1,5 kg Schweinebraten (aus der Nuss, leicht gepökelt)
- 600 g Weizenmehl (Type 1050)
- 400 g Roggenmehl (Type 1150)
- Salz, Pfeffer • 2 TL Korianderkörner (grob zerstoßen)
- 20 g frische Hefe • 1 Prise Zucker
- 3 EL mittelscharfer Senf
- 2 EL Majoran (fein gehackt)
- 3 EL Petersilie (fein geschnitten)

1. Zwiebel abziehen und halbieren. Mit Suppengrün, Lorbeer, Nelke, Pfefferkörnern und Fleisch in einen Topf geben, mit Wasser bedecken. Aufkochen, 75 Minuten köcheln. Auskühlen lassen.

2. Beide Mehle mit 2 TL Salz und 1 TL Koriander mischen. In die Mitte eine Mulde drücken. Die Hefe mit Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen, in die Mulde geben, mit etwas Mehl vom Rand verrühren und 15 Minuten gehen lassen. Anschließend 600 ml Wasser zufügen und alles mit den Knethaken des Handrührers zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt 1 Stunde gehen lassen.

3. Den Backofen auf 220 Grad (Umluft 200 Grad) vorheizen.

4. Den Teig durchkneten und $\frac{3}{4}$ des Teigs auf bemehlter Arbeitsfläche 2 cm dick zu einem Kreis ausrollen.

5. Fleisch trocken tupfen. Senf mit Majoran und Petersilie mischen. Fleisch damit rundherum einstreichen, dann mit der flachen Seite nach oben auf die Mitte des Teigs legen. Teig darüber zusammenklappen und festdrücken. Mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Brotlaib mit Wasser bepinseln.

6. Aus dem restlichen Teig ein Edelweiß formen, auf das Brot legen und leicht andrücken. Nochmals 15 Minuten gehen lassen. Dann den Teig mehrmals mit einem Holzspieß einstechen und mit übrigem Koriander bestreuen. Brotbraten auf der 2. Schiene von unten 50 Minuten backen. Nach 20 Minuten die Temperatur auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) reduzieren. Brotbraten aus dem Ofen nehmen und 15 Minuten ruhen lassen. Dazu schmeckt Kartoffelsalat.

Gulasch im Brot



Für 4 Bröte

- 2 Zwiebeln • 2 Möhren
- 2 Stangen Staudensellerie
- 1 rote Chilischote
- 150 g Chorizo-Wurst
- je 1 rote, grüne & gelbe Paprika
- 200 g Tomaten • 2 EL Butter
- 1 EL Mehl • 1 TL Paprikapulver
- 200 ml Tomatensaft
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 g rote Linsen
- 1 Lorbeerblatt • Salz, Pfeffer
- 4 runde Weizenbröte

1. Zwiebeln abziehen und würfeln. Möhren schälen, längs halbieren. Sellerie und Chili putzen, wie die Möhren und die Wurst in Scheiben schneiden. Paprika putzen, abbrausen und in Streifen schneiden. Die Tomaten abbrausen und in Spalten schneiden.

2. Zwiebeln, Chili und Möhren in heißer Butter andünsten. Paprika und Sellerie kurz mitdünsten. Mehl und Paprikapulver zufügen und anrösten. Tomatensaft, Gemüsebrühe, Linsen und Lorbeerblatt zufügen, salzen, pfeffern. Aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln lassen. Nach ca. 5 Minuten Tomaten und Wurst zufügen. Abschmecken.

3. Von den Bröten jeweils einen Deckel abschneiden. Die Laibe aushöhlen und mit dem Gulasch füllen.

Blattspinat-Schnecken

Für ca. 10 Stücke

Für den Teig:

- ½ Würfel Hefe (21 g) • 1 TL Zucker
- 375 g Mehl • 3 EL Olivenöl • Salz

Für die Füllung:

- 250 g TK-Blattspinat • 1 Knoblauchzehe
- ½ Bund Rosmarin • 120 g Doppelrahmfrischkäse • 80 g geriebener Parmesan
- Pfeffer • 3 EL Tomatenpesto
- 100 g gehobelter Käse (z. B. Gouda)

1. Für den Teig die Hefe zerbröckeln, mit Zucker in 100 ml lauwarmem Wasser auflösen. Übrige Teigzutaten in eine Schüssel geben. Aufgelöste Hefe zugeben, alles zu einem glatten Teig verarbeiten. Ca. 60 Minuten gehen lassen.

2. Spinat auftauen lassen und ausdrücken. Knoblauchzehe abziehen, Rosmarinnadeln abzupfen und beides fein hacken. Frischkäse mit Parmesan, Spinat, Knoblauch und Rosmarin verrühren. Salzen und pfeffern.

3. Ofen auf 200 Grad (Umluft 180 Grad) vorheizen. Blech mit Backpapier belegen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig (ca. 40 x 30 cm) ausrollen. Erst Tomatenpesto, dann Spinatmasse darauf verstreichen. Teig von der Längsseite her aufrollen, in 10 ca. 3 cm dicke Scheiben schneiden. Die Teigschnecken nebeneinander mit der Schnittfläche nach oben auf das Blech legen und mit Käse bestreuen. Im Ofen in ca. 35 Minuten goldbraun backen.



LANDFRAUENKÜCHE *vom Feinsten*



Christine Egger lebt mit ihrer Familie
im Schweizer Kanton Thurgau

Für die beliebte Schweizer Koch-Serie
„SRF bi de Lüt“ hat Christine Egger aus
Zihlschlacht ein köstliches Menü mit
Äpfeln und zartem Kalbsfilet zubereitet

Thurgauer Mostsuppe mit Käsechips

Für 4 Portionen

Für die Suppe:

- 25 g Butter • 1 Zwiebel (fein geschnitten)
- 50 g Porree (in feine Scheiben geschnitten)
- 1 ½ EL Mehl • 500 ml saurer Most
- 500 ml Gemüsebrühe • 50 g Möhren (fein geschnitten) • 100–200 g Sahne
- Salz, Pfeffer • 4 sehr feine Apfelstreifen (mit dem Sparschäler abziehen)

Für die Käsechips:

- je 30 g geriebener Sbrinz & Gruyère
- ¼ TL grob gemahlener schwarzer Pfeffer

1. Butter in einer Pfanne aufschäumen lassen, Zwiebel und Porree darin kurz glasig dünsten. Das Mehl darüberstreuen, kurz wenden und mit dem Most ablöschen. Die Gemüsebrühe zufügen und aufkochen. Die Möhre zufügen und alles auf mittlerer Stufe leicht köcheln lassen. Nach ca. 30 Minuten das Gemüse pürieren, die Sahne zufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Für die Käsechips den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen.
3. Beide Käsesorten und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Je 1 Esslöffel Käsemischung mit reichlich Abstand auf das Backpapier geben und leicht flach drücken. Im Backofen 8–10 Minuten goldgelb backen (zu lange gebacken, wird der Käse bitter). Aus dem Backofen nehmen und auf dem Blech auskühlen lassen.
4. Die Suppe mit den Apfelstreifen und den Käsechips servieren.

Tipp: Die Suppe können Sie bereits am Vortag zubereiten und dann fürs Essen nur noch aufwärmen, der Geschmack wird intensiver.



Kalbsfilet im Speckmantel mit Selleriepüree & Möhren

Für 4 Portionen

Für das Fleisch:

- 200 g Frühstücksspeck • 400 g Kalbsbrät
- 1 Bund Schnittlauch (in Röllchen geschnitten) • 2–3 Zweige Rosmarin (Nadeln fein geschnitten) • 1–2 EL Bratfett
- 600 g Kalbsfilet • Pfeffer

Für das Selleriepüree:

- 1–2 EL Butter • 400 g Knollensellerie (klein gewürfelt) • 150 g Sahne
- 1 EL Gemüsebrühe-Pulver
- Salz, Pfeffer • Muskat

Für die Möhren:

- 1–2 EL Butter • 1 Schalotte (fein geschnitten)
- 600 g bunte Möhren (in Scheiben geschnitten) • 100 ml Gemüsebrühe

1. Für das Fleisch den Backofen auf 200 Grad vorheizen. Eine feuerfeste Form fetten.

2. Frühstücksspeck in der Länge des Filets leicht überlappend auslegen. Kalbsbrät in eine Schüssel geben, die Kräuter untermischen. Das Kalbsbrät auf dem Frühstücksspeck in der Größe des Filets gleichmäßig verteilen.

3. Das Bratfett in einer Bratpfanne erhitzen und das Kalbsfilet darin rundum kurz kräftig anbraten, mit Pfeffer würzen, kurz auskühlen lassen. Das Filet auf das Kalbsbrät legen und straff in den Brät-Speck-Mantel einwickeln. In die feuerfeste Form legen und im Ofen etwa 35 Minuten backen.

4. Für das Püree die Butter in einer Pfanne erwärmen und die Selleriewürfelchen darin

2 Minuten dünsten. Mit Sahne ablöschen, das Brühpulver darüberstreuen, alles aufkochen lassen. Bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Selleriewürfelchen gar sind. Mit dem Mixstab pürieren und abschmecken.

5. Für die Möhren die Butter in einer Pfanne erwärmen. Die Schalotte darin glasig dünsten. Dann die Möhren zufügen und 2–3 Minuten dünsten. Mit der Brühe ablöschen, aufkochen lassen und die Möhren bei mittlerer Hitze gar köcheln lassen.

6. Das Kalbsfilet aus dem Ofen nehmen, in Tranchen schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Nach Belieben mit Rosmarinzwiegen garnieren. Mit Selleriepüree und Möhren servieren.





Apfel-Tarte mit Apfel-Zimt-Mousse

Für 4 Portionen

Für die Tarte:

- 200 g Mehl • 1 Prise Salz • 120 g kalte Butter (in Stücken) • 100 g Zucker • 1 Ei
- 600 g Äpfel (z. B. Cox Orange, Idared)
- 300 ml Apfelsaft • 30 g Speisestärke

Für die Mousse:

- 400 g Äpfel (z. B. Cox Orange, Idared; ungeschält, entkernt, klein gewürfelt)
- 2 EL Apfelsaft • 1 TL Zimt • 1 EL Zitronensaft • 2 EL Zucker • 2 Blatt Gelatine (5 Minuten in kaltem Wasser eingeweicht)
- 150 g Sahne (steif geschlagen)

1. Für den Teig Mehl, Salz und Butter in eine Schüssel geben, alles mit den Händen fein krümelig reiben. Zucker kurz untermischen. Ei zufügen, alles rasch verkneten. Den Teig in Folie gewickelt mind. 1 Stunde kühlen.

2. Die Äpfel schälen, raffeln oder ganz fein würfeln, dann in eine Pfanne geben. Apfelsaft mit Stärke verrühren, über die Äpfel verteilen, aufkochen und 2–3 Minuten köcheln lassen. Die Apfelmasse auskühlen lassen.

3. Ofen auf 170 Grad vorheizen. Eine Springform (ø 24 cm) mit Backpapier auslegen.

4. Den Teig auf wenig Mehl ausrollen. In die Springform legen, einen 1 cm hohen Rand andrücken. Boden mit einer Gabel einstechen. Die Apfelmasse daraufgeben, den Kuchen im Ofen 50–55 Minuten backen. Herausnehmen, 5 Minuten auskühlen lassen. Den Springformrand lösen, die Tarte aus der Form nehmen, auskühlen lassen. Über Nacht kühlen.

5. Für die Mousse Apfelwürfel mit Apfelsaft, Zimt, Zitronensaft und Zucker in eine Pfanne geben. Aufkochen und bei mittlerer Hitze zugedeckt ca. 12 Minuten köcheln lassen. Anschließend pürieren.

6. Gelatineblätter aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen, zum Apfelpüree geben und mit dem Schneebesen gut unterschlagen. Das Apfelpüree auskühlen lassen, bis es zu gelieren beginnt. Dann mit dem Schneebesen kräftig durchschlagen und die Schlag-sahne unterheben, mind. 2 Stunden kühl stellen. Die Tarte mit der Mousse und nach Belieben mit Macarons servieren.

Die Sonne versteckt sich noch hinter dem Söntis, aber Christine Egger steht bereits am Herd. Gemüse, Kartoffeln und Braten gibt es heute – ein einfaches Menü. Das hat seinen Grund. Heute arbeitet Christine im Büro, das Essen soll aber pünktlich am Mittag auf dem Tisch stehen. Da hilft nur Vorkochen – und ein Backofen mit Timer. So modern wie in der Küche läuft es bei Eggers auch im Landwirtschaftsbetrieb. 600 Apfelbäume, 60 Kühe und 40 Mastkälber – das schafft Christines Mann Adrian nur mit modernsten Mitteln. Stolz blickt er über seinen Stall: „Das ist mein Revier. Christine ist im Haus der Chef“, schmunzelt Adrian.

Im Herbst bei der Apfelernte packt die ganze Familie mit an. Auch die beiden Kinder Mia und Lenny, der am liebsten beim Papi auf der Maschine sitzt. „Lenny kommt ganz nach Adrian und Mia mehr nach mir“, meint Christine. Während der Ernte bleibt nicht viel Zeit für andere Aktivitäten. Trotzdem achtet Christine darauf, dass die Familie in regelmäßigen Abständen etwas zusammen unternimmt. Lenny und Mia genießen die Ausflüge und rennen herum, Adrian ist mit den Gedanken oft bereits wieder bei der Ernte. Christine stößt ihn mit dem Ellbogen an und lacht. „Ich muss immer schauen, dass es für ihn nicht nur die Arbeit gibt.“ Jetzt lacht auch Adrian. „Stimmt schon ein bisschen. Aber zum Glück habe ich ja sie.“

Christine kocht am liebsten mit Fleisch vom Hof, Gemüse aus dem Garten und natürlich mit eigenen Äpfeln. Die spielen auch in dem Menü eine wichtige Rolle, das Christine für die Sendereihe „SRF bi de Lüt – Landfrauenküche“ zubereitet hat und das wir hier für Sie zum Nachkochen vorstellen: Mostsuppe als Vorspeise, Apfeltarte und -mousse zum Dessert. Zum Hauptgang gibt es Möhren, Kartoffeln und Sellerie aus dem eigenen Garten. Wir wünschen guten Appetit!



Alle Rezepte der beliebten Schweizer Sendereihe „Landfrauenküche“ von 2016 bis 2018 mit Porträts von den Teilnehmerinnen sind im AT Verlag erschienen, 36 €

Fotos: Veronika Studer/AT Verlag

BROTZEIT Cremig-herzhafter Käseaufstrich mit einer raffinierten Paprika-Note: „Almzeit Obazda Paprika“ wird mit leckerem Almzeit-Weichkäse cremig-mild hergestellt, nach original bayerischem Rezept.

Der Aufstrich schmeckt zu jeder Brotzeit, besonders auf kräftigem Schwarzbrot oder zu Laugengebäck.
www.bergader.de

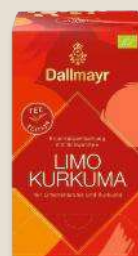


HIMMLISCH Die Engel von Lindt sind wieder zurück! Wer seine Weihnachtsgeschenke mit einem besonderen Grußbotschafter schmücken will, kann sich über die süßen Engelfiguren freuen. Sie machen sich als Deko auch

gut auf dem Festtagstisch. Die Mini-Schoko-Engel gibt es gleich im 5er-Pack. Für Pralinen-Fans gibt es eine Auswahl feinsten Pralinés in einer 200-Gramm-Mischung – köstlich! www.lindt.de



NUSSIG Ganz ohne Mehl, dafür mit gut 40 % Nussanteil (Mandeln, Hasel- und Walnüsse) wird die Elisen-Königin gebacken. Für das gewisse Extra sorgen die aufgestreuten Schokosplitter. Ein weihnachtlicher Genuss für alle großen und kleinen Schleckermäulchen.
www.lebkuchen-schmidt.com



WÄRMEND Dallmayr macht mit der limitierten Tee-Edition „Limo Kurkuma“ aus Tee-Genuss ein exotisches Erlebnis. In Kombination mit Schwarztee, Orangenschalen und Limonen wird aus dem Trendgewürz Kurkuma eine frische Teemischung mit angenehm würziger Note – pur oder gemixt ein perfekter Begleiter für den Winter! www.dallmayr.com

BESONDERE MOMENTE Die goldene Limited Edition von Henkell Trocken veredelt jeden Anlass und hebt mit ihrer Verpackung die kleinen und großen Momente des Lebens hervor, ob bei der Familienfeier oder beim Wiedersehen mit alten Freunden. Geschmacklich überzeugt der Sekt durch sein frisches, fruchtiges Bukett mit leichten Noten von grünen Äpfeln, Bananen und Zitrusfrüchten.
www.henkell-freixenet.com



SCHNELL UND EINFACH Mit den kleinen „Mein Mildessa“-Beuteln lässt sich immer die richtige Portion Rotkohl oder Sauerkraut aus deutschem Anbau genießen, ganz fix und unkompliziert. Einfach den Beutelinhalt erwärmen. Ideal als leckere Beilage oder als Snack. www.hengstenberg.de





Kleine Kraftpakete mit Biss

WALNÜSSE



Ob als Kruste, Belag oder im Teig – die knackigen Kerne sorgen in Kuchen und Desserts sowie in pikanten Gerichten auf einfache Art für geschmackvolle Abwechslung

Nuss-Kürbis-Tarte

Für ca. 12 Stücke

- 120 g Mehl • 125 g Zucker
- 75 g weiche Butter • 1 TL Backpulver
- Mark von 1 Vanilleschote
- 4 Eigelb • 25 g Puderzucker
- 1 EL Speisestärke • 425 g Sahne
- 300 g Hokkaido-Fruchtfleisch
- 300 ml Apfelsaft • 150 g Walnusskerne
- 3 Stiele Minze

1. Mehl, 50 g Zucker, Butter und Backpulver zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig in Folie gewickelt 60 Minuten kühl stellen.

2. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Eine Tarteform (ø ca. 26 cm) fetten und mit Mehl austäuben.

3. Den Teig ca. 7 mm dick etwas größer als die Form ausrollen, in die Form legen und leicht andrücken, dabei einen kleinen Rand formen. Den Teigboden mehrmals einstechen, auf mittlerer Schiene 5 Minuten backen. Abkühlen lassen und aus der Form nehmen.

4. Vanillemark mit Eigelben, Puderzucker und Stärke glatt rühren. Sahne aufkochen, unter Rühren zum Eier-Mix gießen, dann zurück in den Topf geben, unter Rühren aufkochen. Vom Herd nehmen, Creme auf dem Boden verteilen und abkühlen lassen.

5. Den Kürbis in 5 mm dicke Spalten schneiden. Den Saft aufkochen, den Kürbis darin 5 Minuten kochen. Herausheben und abkühlen lassen. Dann auf der Creme verteilen.

6. Die Nüsse hacken und in einer Pfanne ohne Fett anrösten. 75 g Zucker zugeben, weiterbrösten, bis Nüsse karamellisiert sind. Dann auf Backpapier abkühlen lassen.

7. Die Minze abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob hacken. Minze mit den Nüssen auf die Tarte streuen und alles mit Puderzucker bestäuben.

Joghurt mit Bratapfel & Walnüssen

Für 4 Gläser (à 250 ml)

- 2 EL Honig • 1 Prise gemahlene Vanilleschote • ¼ TL Zimt • 2 große Äpfel
- 40 ml Calvados (französischer Apfelbranntwein) • 500 g griechischer Joghurt
- 1 EL Zitronensaft • 2 EL Zucker • 50 g Walnusskerne • 1 EL gehackte Pistazien

1. Den Honig mit 2 EL Wasser, Vanille und Zimt in einer Pfanne aufkochen.

2. Die Äpfel abbrausen, schälen und das Fruchtfleisch mit dem Spiralschneider zu dünnen Streifen verarbeiten. Die Apfelstreifen zum Honig-Mix in die Pfanne geben, mit dem Calvados ablöschen und 2–3 Minuten einköcheln lassen. Zur Seite ziehen und abkühlen lassen.

3. Den Joghurt mit dem Zitronensaft und Zucker verrühren und auf 4 Gläser verteilen. Die Walnusskerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften, und wieder abkühlen lassen.

4. Die Bratapfelstreifen auf dem Joghurt verteilen, mit den gerösteten Walnusskernen und den gehackten Pistazien bestreuen und servieren.



Toffee-Nuss-Schnecken

Für 18 Stück

Für den Teig:

• 650 g Mehl • 1 Hefewürfel (42 g) • 250 ml lauwarme Milch • 100 g Zucker
• 1 Prise Salz • 2 Eier • 370 g Butter

Für die Füllung:

• 200 g Walnusskerne • 250 g Butter • 250 g Zucker • 200 g Sahne • 2 TL Zimt

1. Für den Teig Mehl in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Mulde drücken. Hefe hineinbröckeln, mit etwas Milch glatt rühren und etwas Mehl darüberstäuben. Den Vorteig zugedeckt am warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Dann den Vorteig mit Mehl, übriger Milch, Zucker, Salz, Eiern und Butter verkneten und zugedeckt am warmen Ort 30 Minuten ruhen lassen.
2. Für die Füllung Walnüsse hacken. Die Butter mit Zucker zerlassen und unter Rühren ca. 10 Minuten köcheln lassen. Dann 100 g Sahne zugeben und das Karamell 5 Minuten weiterköcheln lassen. Den Zimt einrühren.
3. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf bemehlter Fläche rechteckig (ca. 60x50 cm) etwa 5 mm dick ausrollen. Mit $\frac{2}{3}$ Karamell bestreichen und mit Nüssen bestreuen. Den Teig längs einrollen, in 18 Scheiben schneiden und diese dicht nebeneinander auf das Blech legen. 30 Minuten ruhen lassen.
4. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen.
5. Das übrige Karamell mit der übrigen Sahne verrühren und die Schnecken damit beträufeln. Die Schnecken ca. 30 Minuten backen. Anschließend herausnehmen und abkühlen lassen.



Rotwein-Cremetorte

Für ca. 12 Stücke

• 120 g Butter • 300 g Dinkelmehl (Type 630)
• 75 g gemahlene Haselnusskerne • 195 g Rohrzucker
• 100 g gehackte Zartbitterschokolade • 4 EL Backkakao
• 2 TL Lebkuchengewürz • Salz • 1 $\frac{1}{2}$ TL Backpulver
• 1 $\frac{1}{2}$ TL Natron • 220 ml Rotwein • je 100 ml Mineralwasser
& Heidelbeersaft • 1 TL Zitronensaft • je 150 g TK-Heidelbeeren
& TK-Kirschen (aufgetaut & abgetropft) • 6 Blatt Gelatine
• 400 g Speisequark • 1 Pck. Vanillezucker • 250 ml Kirschsafte
• 200 g Walnusskerne • 50 g Kakao-Nibs

1. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Springform (ø 24 cm) fetten.
2. Die Butter zerlassen. Mehl, gemahlene Nüsse, 150 g Rohrzucker, Schokolade, Kakao, Gewürz, 2 Prisen Salz, Backpulver und Natron in einer Schüssel mischen. Butter mit 120 ml Wein, Mineralwasser, Heidelbeer- und Zitronensaft zufügen und alles glatt rühren. Dann Beeren und Kirschen unterheben. Die Masse in die Form geben und ca. 40 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
3. Die Gelatine einweichen. Den Quark mit Vanillezucker verrühren. 100 ml Wein erwärmen. Gelatine ausdrücken und darin auflösen, den Kirschsafte hineinrühren und die Masse kalt stellen. Sobald sie zu gelieren beginnt, den Quark unterrühren. Die Creme auf den Kuchen streichen und die Torte kühl stellen.
4. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, mit 45 g Rohrzucker karamellisieren. Dann die Kakao-Nibs zufügen, abkühlen lassen.
5. Die Torte aus der Form lösen und mit dem Nusskaramell sowie evtl. etwas Minze garnieren.

Bratapfel mit Karamell-Nüssen & Vanillesoße

Für 4 Äpfel

• 150 ml Milch • 150 g Sahne • Mark von ½ Vanilleschote • 3 Eigelb
• 125 g Zucker • 4 große Äpfel (z. B. Boskop) • 1 TL Butter
• 25 g Walnusshälften

1. Den Ofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.
2. Für die Soße die Milch mit Sahne und Vanillemark aufkochen. Eigelbe mit 50 g Zucker aufschlagen. Nach und nach den heißen Milch-Sahne-Mix unter Rühren zugießen. Die Mischung in einen Topf umgießen und unter Rühren erhitzen, bis die Soße andickt, jedoch nicht kocht.

3. Die Äpfel abbrausen und trocken reiben. Jeweils einen Deckel abschneiden und die Kerngehäuse herausstechen. Die Äpfel samt Deckel auf das Backblech setzen und im Ofen ca. 25 Minuten garen. Dann herausnehmen und abkühlen lassen.

4. 75 g Zucker in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze schmelzen lassen, dabei zunächst nicht umrühren. Sobald der Zucker flüssig ist, umrühren. Butter zufügen und hellbraun karamellisieren. Die Walnusshälften zufügen und mit dem Karamell umhüllen. Die Nüsse auf Backpapier geben, voneinander trennen und abkühlen lassen.

5. Die Vanillesoße auf tiefe Teller verteilen. Je 1 Apfel mit Deckel daraufsetzen. Mit den Nusshälften garnieren. Evtl. mit Puderzucker bestäuben.

Überbackener Chicorée mit Joghurt, Käse & Walnüssen

Für ca. 4 Portionen

- 80 g Walnüsse • 4 Chicorée
- Salz • 2 EL Zitronensaft
- 1 Prise Zucker
- 250 g griechischer Joghurt
- 100 g Crème fraîche
- 80 g geriebener Käse
(z. B. Greyerzer, Emmentaler) • Pfeffer
- 1 Prise Muskat
- 1 Kugel Mozzarella (125 g)

1. Den Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine ofenfeste Pfanne oder Form (ca. ø 24 cm) fetten.
2. Die Walnüsse grob hacken. Chicorée abrausen, putzen und längs halbieren. Chicorée in Salzwasser mit Zitronensaft und Zucker ca. 5 Minuten garen, dann abgießen und abtropfen lassen.
3. Den Joghurt mit Crème fraîche und Käse vermischen, dann mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und in der Pfanne verteilen. Die Chicoréehälften mit der Schnittfläche nach oben daraufsetzen und etwas eindrücken, dann leicht salzen und pfeffern.
4. Den Mozzarella abtropfen lassen, dann in Scheiben schneiden und darüberlegen. Alles mit den gehackten Walnüssen bestreuen. Im Backofen 25–30 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.



Harte Schale, gesunder Kern

Frisch geerntete Walnüsse bestehen zu etwa 63 Prozent aus einem Mix von einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Zwei Handvoll (ca. 50 g) decken den Tagesbedarf an Omega-3-Fettsäuren – außer Seefisch enthält kein anderes Lebensmittel so viel davon. Das Schalenobst ist unter anderem reich an wertvollem Kalium, Calcium, Folsäure, Eisen, Magnesium und Zink. Die B-Vitamine der Nuss stärken unsere Nerven, wenn es stressig wird. **Die Echte Walnuss** (*Juglans regia*) gilt als einer der ältesten Bäume der Erde und ist schon vor den Eiszeiten belegt. Haupterntezeit ist im frühen Herbst, erhältlich sind die Nüsse aber das ganze Jahr. **Ungeschält** sind getrocknete, luftig gelagerte Walnüsse bis zu ein Jahr genießbar. Geknackte Exemplare halten sich im Kühlschrank aufbewahrt einen Monat. Ranzige, dunkel verfärbte Kerne können giftige Schimmelpilze enthalten – sofort entsorgen!



Vollkornschnitten mit Roter Bete, Ziegenfrischkäse, Walnüssen & Honig

Für 4 Portionen

- 350 g Rote Bete (gegart, vakuumverpackt)
- 100 g Ziegenfrischkäse-Rolle • 4 Scheiben Vollkornbrot
- 8 EL cremiger Honig • 45 g Walnusskerne

1. Die Rote Bete in ca. 4 mm dicke Scheiben schneiden. Den Ziegenkäse zerbröseln.
2. Die Brotscheiben mit dem Honig bestreichen, mit Roter Bete belegen und den Käse darüber verteilen. Mit Walnusskernen garnieren und servieren.



Die herb-süßen Kerne verfeinern WÜRZIGE WINTERGERICHTE



Pflaumen-Käse-Tarte mit Walnüssen

Für ca. 12 Stücke

Für den Teig:

- 200 g Mehl • 120 g Butter • 1 Ei • 1 Prise Salz

Für den Belag:

- 200 g Pflaumen (alternativ Birnen)
- 1 rote Zwiebel • 1 EL Butter • 3 Eier
- 150 ml Milch • 200 g Sahne
- 100 g geriebener Käse (z. B. Bergkäse)
- Salz, Pfeffer • 1 Prise Muskat
- 200 g Camembert • 60 g gehackte Walnüsse
- 2 EL Schnittlauchröllchen

1. Den Backofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Eine Tarteform (ø ca. 24 cm) fetten und mit Mehl ausstreuen.
2. Für den Teig Mehl, Butter, Ei und Salz verkneten. In Folie gewickelt ca. 30 Minuten kühlen.
3. Den Teig zwischen 2 Bogen Klarsichtfolie dünn ausrollen. Die Form damit auskleiden und dabei einen Rand formen.
4. Die Pflaumen abbrausen, abtupfen, halbieren, entsteinen und in Spalten schneiden. Zwiebel abziehen, fein würfeln, in der Butter glasig anschwitzen und beiseitestellen.
5. Eier verquirlen, mit Milch, Sahne, geriebenem Käse mischen. Mit Salz, Pfeffer, Muskat würzen. Pflaumenspalten und Zwiebeln vermengen, auf dem Teigboden verteilen, mit Eier-Käse-Guss übergießen. Die Tarte ca. 25 Minuten backen.
6. Camembert in Scheiben schneiden. Tarte mit den Käsescheiben und Walnüssen belegen, 15–20 Minuten goldbraun fertig backen. Herausnehmen und kurz ruhen lassen, dann aus der Form lösen. Mit Schnittlauch bestreut servieren. Dazu schmeckt Tomatensalat.

LECKERES FÜRS RACLETTE

An Silvester oder einfach zwischendurch gemütlich feiern und dabei am Tisch gemeinsam raffinierte Köstlichkeiten brutzeln – gönnen Sie sich dies Vergnügen! Damit in den kleinen Pfännchen nicht nur Kartoffeln und Käse landen, servieren wir hier feine neue Ideen

Der Raclette-Grill ist der Mittelpunkt. Ringsherum gesellen sich alle nötigen Zutaten sowie Geschirr und Besteck



Pikanter Cheeseburger

Rezepte Seite 96

Garnelen-Mix

Schlemmer-Nudeln

Pikanter Cheeseburger

Für 6 Portionen

- 1 Zwiebel • 1 Glas Jalapeño-Ringe (eingelegte Chilischoten, alternativ Peperoni; abgetropft 165 g) • 2 Tomaten • 2 Gewürzgurken
- 600 g Rinderhackfleisch • Salz, Pfeffer • Öl für Grill und Pfännchen
- 3 Scheiben Sandwichtoast • 200 g Cheddar in Scheiben

1. Die Zwiebel abziehen und in Ringe schneiden. Jalapeños abtropfen lassen. Die Tomaten abrausen, putzen und wie die Gurken in dünne Scheiben schneiden. Alles zugedeckt kühlen.
2. Das Hackfleisch salzen und pfeffern. Zwischen Frischhaltefolie 1 cm dick ausrollen und mit einem Glas oder einer Kreisform Kreise (Ø ca. 6 cm) ausstechen. Zugedeckt kühl stellen.
3. Für das Raclette alle Zutaten auf den Tisch stellen. Toastscheiben auf der geölten Grillfläche von jeder Seite rösten. Jeden Toast in 4 Rechtecke (Größe der Pfännchen) schneiden. Pattys auf der Grillfläche beidseitig braten. In die geölten Pfännchen je 1 Toaststück legen, je 1 Patty daraufsetzen, mit Zwiebel, Jalapeños, Tomaten, Gurken belegen, mit Käse abschließen. Überbacken, mit Pfeffer übermahlen. Dazu passen Ketchup und Mayonnaise.

Garnelen-Mix

Für 6 Portionen

- 2 Knoblauchzehen • 300 g rohe Garnelen (küchenfertig; frisch oder TK)
- 400 g Fischfilet (z. B. Kabeljau) • 2 Zweige Thymian • 2 EL Olivenöl & Öl für die Pfännchen • 1 Scheibe Toastbrot • 100 g Zucchini
- 30 g schwarze Olivenringe • Salz, Pfeffer

1. Knoblauch abziehen, in feine Scheiben schneiden. Garnelen abrausen, trocken tupfen, evtl. schwarzen Darmfaden entfernen. Fisch abrausen, 2 cm groß würfeln. Beides mit Thymianblättchen, Knoblauch und Öl mischen. Toast sehr fein würfeln. Zucchini abrausen, putzen, sehr fein würfeln. Alles zugedeckt kalt stellen.
2. Für das Raclette Zucchini mit Oliven und Brotwürfeln mischen. Fisch und Garnelen leicht salzen, pfeffern. Alle Zutaten auf den Tisch stellen. Fisch und Garnelen in die geölten Pfännchen verteilen. Mit Zucchini-Mix bestreuen. Mischung überbacken. Dann 1–2 Minuten auf die Grillfläche stellen, damit der Fisch auch von unten gegart wird. Evtl. mit Thymian garnieren.

Schlemmer-Nudeln

Für 6 Portionen

- 200 g Mini-Penne (oder andere kleine Nudeln) • Salz • 1 rote Zwiebel
- 400 g gemischte Pilze • 100 g Maronen (vorgegart, vakuumiert)
- 50 g Pankomehl (oder Semmelbrösel) • 1 EL weiche Butter • 100 g Taleggio (alternativ Camembert) • 1 EL Öl & Öl für die Pfännchen • Pfeffer

1. Die Nudeln nach Packungsangabe in Salzwasser garen, dann abgießen. Abgekühlt zugedeckt kalt stellen.
2. Die Zwiebel abziehen, vierteln, in Streifen schneiden. Die Pilze putzen und würfeln. Die Maronen fein hacken, mit Pankomehl und Butter krümelig vermischen. Taleggio in Streifen schneiden. Alles zugedeckt kalt stellen.
3. Für das Raclette die Zwiebelstreifen in 1 EL heißem Öl anbraten. Die Pilze dazugeben und mitbraten. Mit Salz, Pfeffer würzen. Alle Zutaten auf dem Tisch anrichten. Jeweils einige Nudeln und Pilze in die geölten Pfännchen geben, mit Taleggio und Maronen-Bröselmasse belegen, dann überbacken.

HERZHAFTES für jeden Geschmack



Raclette-Beilagen

Klassisch gehören zu Raclette Pellkartoffeln, klein geschnittenes, teils vorgegartes Gemüse, Pilze, sauer eingelegtes wie Mixed Pickles, Zwiebeln, Oliven, Kapern

Auf den Käse kommt es an

Raclette ist ein Schweizer Kulturgut, der klassische Raclette-Käse kommt aus dem Kanton Wallis. Er schmeckt würzig mit leicht säuerlicher Note, hat einen hohen Fettgehalt und schmilzt gut. Raclette-Käse aus Deutschland oder Frankreich sind etwas weniger aromatisch.

Alternativen sind junger und mittelalter Gouda, Butterkäse oder Cheddar. Sie sind zwar weniger kräftig im Geschmack, schmelzen aber ebenfalls gut. Auch Mozzarella, Camembert, Bergkäse, Tilsiter oder Edamer schmecken geschmolzen sehr lecker. Wer es richtig herzhaft liebt, legt Gorgonzola, Schafs- oder Ziegenkäse aufs Pfännchen. Als Richtwert gilt eine Menge von 200 bis 250 g Käse pro Person.



Steak Hawaii

Für 6 Portionen

• ½ frische Ananas (300 g) • ca. 600 g Rinderhüftsteak (am Stück) • 50 g kandierte Kirschen
• 200 g Raclette-Käse (in Scheiben) • Petersilie
• Salz • grob gemahlener Pfeffer • Öl für die Pfännchen

1. Ananas schälen, vierteln oder achteln, Strunk herausschneiden. Ananas in dünne Scheiben oder in Blättchen schneiden. Rindfleisch trocken tupfen und in kleine Steaks schneiden. Kandierte Kirschen halbieren. Alles zugedeckt kalt stellen.

2. Für das Raclette Fleisch, Ananas und Käse auf den Tisch stellen, Petersilienblättchen abzupfen, dazustellen. Das Fleisch auf dem Grill von jeder Seite kurz grillen. Salzen und pfeffern, dann in die geölten Pfännchen legen. Mit Ananas, Petersilie und Käse belegen und übergrillen. Mit den kandierten Kirschen garnieren.



Tapas-Pfännchen

Für 6 Portionen

• 800 g festkochende Kartoffeln • Salz, Pfeffer
• 2–3 EL Öl & Öl für die Pfännchen • Paprikapulver • 400 g kleine Grillpaprika (Pimientos de Padrón) • 300 g Chorizo (spanische Wurst, alternativ Salami) • 200 g Raclette-Käse
• 100 g Manchego (spanischer Schafskäse)

1. Backofen auf 200 Grad (Umluft: 180 Grad) vorheizen. Kartoffeln schälen, abrausen, klein würfeln. Salzen, pfeffern, mit dem Öl mischen

und in einer Auflaufform im Ofen ca. 15 Minuten braten. Herausnehmen, mit Paprikapulver bestäuben. Zugedeckt kühl stellen.

2. Paprika abrausen und entkernen. Chorizo klein schneiden. Raclette-Käse in Streifen schneiden, den Manchego reiben. Alles kühl stellen.

3. Für das Raclette alle Zutaten auf dem Tisch anrichten. Jeweils einige Kartoffeln, Paprika und etwas Chorizo in die geölten Pfännchen geben, ca. 5 Minuten unter dem Grill rösten. Mit Raclette-Käse und Manchego bestreuen, überbacken.

Pizza-Pfännchen

Für 6 Portionen

• 1 Zwiebel • 3–4 EL Olivenöl • 400 g passierte Tomaten • Salz, Pfeffer • Zucker
• 1 TL Balsamicoessig • 1 TL getrocknete italienische Kräuter • 125 g Mozzarella
• 2 Tomaten • 1 Glas in Öl eingelegte Paprika (abgetropft 320 g)
• 1 Rolle Pizzateig (300 g; Kühlregal)
• 100 g Fenchelsalami in Scheiben
• 1 Bund Basilikum

1. Zwiebel abziehen, fein würfeln. In 1 EL heißem Öl andünsten. Passierte Tomaten zufügen, aufkochen. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, Essig und Kräutern würzen. Kalt stellen. Mozzarella in Scheiben schneiden. Tomaten waschen, putzen, in Scheiben schneiden. Paprika abtropfen lassen. Alles zugedeckt kalt stellen.

2. Für das Raclette den Teig in Pfännchengröße schneiden. Alle Pizza-Zutaten auf dem Tisch anrichten. Je 1 Stück Teig mit Öl bepinseln, mit der gefetteten Seite nach unten in die Pfännchen drücken, mit einer Gabel mehrmals einstechen. Pfännchen oben auf die Grillfläche des Geräts stellen. Nach 2–3 Minuten die Pfännchen unten ins Raclette-Gerät stellen und den Teig ca. 3 Minuten backen. Anschließend die Pizzen mit Soße bestreichen, belegen und übergrillen. Mit Basilikumblättchen bestreuen.





Und nach der Party...

Aus den übrig gebliebenen Kartoffeln können Sie am nächsten Tag knusprige Bratkartoffeln zubereiten. Aus den anderen Resten wird im Nu ein prima Pizzabelag.

Zum Reinigen der Pfännchen Essensreste mit dem Kunststoff- oder Holzschaber entfernen. Stark verschmutzte Pfännchen in Spülwasser einweichen oder in die Spülmaschine geben. Keine aggressiven Reinigungsmittel verwenden.

Die Heizspiralen des Raclette-Grills sollten nicht mit Wasser in Berührung kommen, bei Bedarf mit Fettlösespray säubern.

Kaiserschmarrn mit Kirschen

Für 6 Portionen

- 3 Eier • Salz • 1 EL Puderzucker & Puderzucker zum Bestäuben
- ca. 150 ml Milch • 30 g zerlassene Butter • 150 g Mehl
- evtl. 1 EL Rum • Butterschmalz zum Braten & für die Pfännchen
- 1 Glas Schattenmorellen (abgetropft 370 g) • 2–3 EL Rosinen
- 100 g Mandelblättchen • 1 EL weiche Butter

1. Die Eier trennen. Eiweiß mit 1 Prise Salz steif schlagen. Eigelbe mit Puderzucker aufschlagen. Milch, Butter und Mehl einrühren. Evtl. Rum dazugeben, unterrühren. Den Eischnee unterziehen. Etwas Schmalz in einer großen Pfanne erhitzen, Teig 1 cm dick einfüllen und bei mittlerer Hitze backen. Pfannkuchen vorsichtig wenden, fertig backen. Schmarrn grob zerreißen, beiseitestellen. So fortfahren, bis der Teig verbraucht ist.

2. Für das Raclette die Schattenmorellen abtropfen lassen. Alle Zutaten auf den Tisch stellen. In die gefetteten Pfännchen je 2–3 EL Schmarrn-Stücke geben. Mit übrigen Zutaten belegen, mit Puderzucker bestäuben. Mit Butter in Flöckchen belegen und unter dem Grill rösten.

Schoko-Fondue

Für 6 Portionen

- je 150 g Zartbitter- und Vollmilchschokolade • je 1 Orange, Mango und Birne • 200 g Himbeeren • Pflanzenöl (z. B. Kokosöl) für die Pfännchen
- 100 g Mini-Marshmallows

1. Die Schokoladen getrennt fein hacken. Zugedeckt beiseitestellen.

2. Die Orange so dick schälen, dass die weiße Haut mit entfernt wird. Die Filets zwischen den Trennhäuten herauslösen, den Saft dabei auffangen. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln. Die Birne abbrausen, vierteln, entkernen, in Blättchen schneiden, mit Orangensaft beträufeln. Alles zugedeckt kalt stellen. Himbeeren verlesen.

3. Für das Raclette alles auf den Tisch stellen. In die geölten Pfännchen etwas Obst und Marshmallows legen. Jeweils 1–2 TL Schokolade daraufstreuen. Unter dem Grill die Schokolade vorsichtig und langsam schmelzen lassen, damit sie nicht verbrennt. Nach Belieben mit Minzeblättchen garnieren.

Banana-Split

Für 6 Portionen

- 3 EL Butter und Butter für die Pfännchen • 4 EL Zucker
- 250 g Schlagsahne • 200 g weiche Karamellbonbons
- 100 g Maraschino- oder Amarena-Kirschen • 3 große Bananen
- Saft von ½ Orange • 200 ml Schokosoße (Fertigprodukt)
- 6 Kugeln Vanilleeis (ca. 300 ml)

1. Die Butter mit Zucker in einer großen Pfanne schmelzen. 100 g Sahne angießen, alles aufkochen, bis der Zucker geschmolzen ist. Karamellbonbons hacken. Kirschen halbieren. Alles zugedeckt kühl stellen.

2. Für das Raclette die übrige Sahne (150 g) steif schlagen. Bananen schälen, längs halbieren, in Stücke schneiden. Mit Orangensaft beträufeln, mit der Karamelloße mischen. Alle Zutaten auf dem Tisch anrichten. Jeweils einige Bananenstücke mit Soße in die gefetteten Pfännchen geben, nach Belieben mit Kirschen und gehacktem Karamell belegen. Unter dem Grill kurz überbacken. Mit Schlagsahne, Schokosoße und je 1 Kugel Eis servieren.

Seelenruhe

findet man nicht zwischen Tür und Angel.



Die Entdeckung der gegückten Zeit

www.mein-schoenes-land.de



Mächtig dampfend zieht die Lok der Harzer Schmalspurbahnen ihre Waggonen durch den verschneiten Winterwald auf den Brocken. Die Lok wurde im Jahr 1955 gebaut und verfügt über 700 PS. Oft stehen malerische Sonderfahrten auf dem Fahrplan



Fotos: Das Rodelhaus/Braunlage (2), Fotolia (2)/mirpic/Christian Spiller, MSL/Florian Wachsmann, StockFood/Petr Gross

WINTERREISE *durch den Harz*

Rund um den Brocken und einzigartige Welterbe-Städte wie Goslar und Quedlinburg lässt sich die festliche Zeit ganz besonders genießen



Sportliche Zuflucht Schon die ersten Besitzer des Gasthauses vor mehr als 100 Jahren waren begeisterte Rodler, gleich vor der Haustür führt eine Schlittenbahn ins Tal.

Unter einem weißen Kleid liegt „Das Rodelhaus“ von Fichten umgeben am Hang des Wurmbergs. Die Winter sind hier kalt und bringen meist eine Menge Schnee.

Harzer Roller und Fleischkäse vom Wildschwein mit Spiegelei und Bratkartoffeln – was für ein Genuss an einem kalten Tag



Den zentralen Gastraum prägt die festliche Farbmischung aus Rot und Weiß. Die großen Fenster der Stube bieten tagsüber einen fantastischen Ausblick auf die umgebende Landschaft. **Judith Bothe** übernahm „Das Rodelhaus“ an Weihnachten 2008. **Zum Kaffee** oder als Nachtisch schmeckt die hausgebackene Waffel mit heißen Kirschen. **Vor der Tür** empfängt ein historischer Rodelschlitten die Besucher des Gasthauses. Die eigenen Gefährte kann man getrost daneben abstellen. **Jagdtrophäen** zeugen von der Tradition des Waidhandwerks im Harz. **Ein guter Tropfen** gehört hier ganz selbstverständlich zum kulinarischen Angebot. Ins Glas kommen edle Weine aus der Region und ganz Deutschland. **Auch Übernachtungsgäste** sind oben auf dem Wurmberg herzlich willkommen

Oft ist „Das Rodelhaus“ die letzte Rettung, wenn der Wurmberg bei Braunlage die Wintersportler und Spaziergänger so richtig durchgefrostet hat. Zwar misst er nicht einmal 1000 Höhenmeter, aber der Winter im Harz kann kalt sein, sehr kalt. Und dann gibt es eben kaum ein schöneres Ziel als die geräumige Einkehr an der Mittelstation, die immer noch auf 727 Metern liegt. Herrlich warm ist es dort und sehr, sehr lecker. Kribbelnd kehren die eisigen Zehen ins Leben zurück und der große Gemüseeintopf oder die Pfanne Bratkartoffeln mit Spiegelei schmecken wie eine wohlige Erlösung. Seit Judith Bothe das traditionsreiche Gasthaus vor 13 Jahren übernommen hat, entwickelt sie ihre Küche kontinuierlich

weiter. Klassiker füllen die Speisekarte – Schnitzel, strammer Max, Fleischkäse, Geschnetzeltes oder der „Große Wurmberger“ – für Raffinesse sorgen jedoch Zubereitung und Herkunft. So handelt es sich zum Beispiel um einen Wildschwein-Fleischkäse und zwischen den für den „Wurmberger“ in Braunlage gebackenen Brötchenhälften liegt Rindfleisch vom Harzer Roten Höhenvieh. Die Kartoffeln für die beliebten Bratkartoffeln stammen von einem Bioland-Betrieb in der Gegend. An einem Wintersporttag schält die Küchencrew um Stephanie Liebau und Dietmar Meier einen großen Sack davon weg. Von Hand wohlgemerkt, denn die „Rodelhaus“-Küche legt Wert auf bestes Handwerk, da verstehen die Köche keinen





Spaß. Hausherrin Judith Bothe ist zudem Mitglied bei „Slow Food“, die Organisation setzt sich weltweit für fair und regional erzeugte Lebensmittel sowie eine bewusste Genusskultur ein.

Das Ski- und Rodelgebiet am „Rodelhaus“ erreicht man im Winter nur über die Seilbahn, die Mittelstation befindet sich gleich nebenan. Von Beginn an war die Einkehr als Sportler-Zuflucht konzipiert. Allerdings begann man 1908 eher bescheiden, der heutige Theken- sei damals der einzige Gastraum gewesen, erzählt Judith Bothe. Stück für Stück wurde das Haus in den folgenden Jahrzehnten erweitert, mittlerweile finden die Gäste in vier verschiedenen Stuben und Räumen Platz. Und wer sich dann am Ende ganz besonders wohlfühlt und nach dem Essen ausgiebiger vom Harzer Kaffee-Likör „Luchs“ gekostet hat, der bleibt einfach über Nacht und rodeln erst morgen wieder runter.

In aller Ruhe gemütlich auf den Brocken kutschieren lässt sich's mit der Harzer Schmalspurbahn. Zu DDR-Zeiten hatte der mit 1141 Metern höchste Harzer Berg in einem unzugänglichen militärischen Sperrgebiet gelegen. Heute bildet der Brocken im ehemaligen Grenzgebiet zwischen Niedersachsen, Thüringen und

Fotos: MSL/Florian Wachsmann (8), StockFood/Eising Studio-Food Photo & Video



Stampfkartoffeln

800 g mehligkochende Kartoffeln schälen, abbrausen und dann in kochendem Salzwasser ca. 30 Minuten garen. Abgießen und mit einem Kartoffelstampfer grob zerstampfen. 250 ml Milch, 30 g kalte Butter und 2 EL Crème fraîche untermischen. 1 Bund Schnittlauch in Röllchen schneiden und untermengen. Mit Salz und Muskat würzen und mit Butterflocken garnieren.

Kümmel-Backkartoffeln

Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. 800 g neue Kartoffeln waschen und je nach Größe der Länge nach halbieren oder vierteln. Mit 4 EL Olivenöl, 2 EL Kümmel, etwas Meersalz und Pfeffer vermengen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Ofen 30–40 Minuten goldbraun backen.

Kartoffelpuffer

800 g festkochende Kartoffeln (am Vortag gekocht) schälen und in eine Schüssel reiben. Mit Salz und Muskat würzen. 1 Zwiebel abziehen und klein würfeln, in 2 EL heißer Butter anschwitzen. Die Kartoffeln zugeben, ca. 2 Minuten ohne Wenden anbraten lassen. Wenden, andrücken und zu einem großen Puffer formen. 2 EL Butter darübergeben, den Deckel auf die Pfanne setzen. Puffer bei geringer Hitze ca. 6 Minuten goldbraun anbraten lassen. Wenden, 2 EL Butter auf den Puffer geben, bei geschlossenem Deckel weitere ca. 6 Minuten fertig backen. Zum Schluss mit einem Kochlöffel grob zerreißen und servieren.

Gut zu wissen: Bei Braunlage steht an einem Forst- und Wanderweg das Kartoffeldenkmal. Es erinnert an die (erfolglosen) Anfänge des Kartoffelanbaus im Harz 1748 – Branntwein wollte man daraus herstellen. Als Nahrungsmittel setzten sich die Knollen erst 10 Jahre später durch, nachdem sie im flachen Harzvorland auf besser geeigneten Böden angebaut worden waren.



Die Rabenklippe ist eine imposante Granitfelsformation nahe Bad Harzburg. Das Torfhausmoor zählt zu den Regenmooren und hat eine rund 10 000 Jahre alte, über fünf Meter dicke Torfschicht. In geführten Rangertouren kann man das Gebiet durchwandern. Berühmter Besucher Wer den Spuren des Dichters Goethe von Torfhaus zum Brocken folgen möchte, hält sich an die gut ausgeschilderten Wanderwege. Auf den Spuren der Oberharzer Wasserwirtschaft aus Zeiten des Bergbaus und Hüttenwesens gibt es zahlreiche wasserführende Gräben und Teiche zu entdecken



Eingelegter Harzer Käse

Für 2 Gläser (à ca. 350 ml)

- 500 g Harzer Käse • 750 ml Olivenöl (oder anderes Pflanzenöl)
- 2 getrocknete Chilischoten • 2 Lorbeerblätter • 2 Stängel Rosmarin

1. Den Käse in zwei saubere Gläser geben. Das Öl in einem Topf erhitzen. Chili, Lorbeerblätter und Rosmarin zufügen. Vom Herd ziehen und wieder abkühlen lassen.
2. Das Öl mit dem Inhalt auf die Gläser verteilen, verschließen. Den Käse mind. 2–3 Tage kühl durchziehen lassen. Dazu schmeckt frisches Bauern- oder Schwarzbrot.

Gut zu wissen: Harzer Käse stammt ursprünglich aus dem nördlichen Harzvorland. Er wird aus Sauermilchquark mit Gelb- oder Rotschmierekulturen hergestellt. Der gelbliche Teig hat im frischen Käse einen weißen Kern. Junger Harzer schmeckt mild und leicht nach Quark, nach einiger Zeit wird der weiße Kern kleiner, der Geschmack weicher und aromatischer. Durchgereift ist der Käse gelblich, fast durchscheinend und kräftig in Geschmack und Geruch. Weil er weniger als 1 % Fett und über 30 % Eiweiß enthält, ist er bei Kalorienbewussten beliebt. Die Laibe sind meist klein und rund (Taler) oder rollenförmig (Stangenkäse). Oft werden mehrere kleine Laibe aneinandergereiht als „Harzer Roller“ angeboten. Gern wird der Harzer mit Kümmel gewürzt und zur Brotzeit mit Schmalz oder Senf und Gewürzgurken gereicht.

Harzer Käsegehacktes

Für 4 Portionen

- 200 g Harzer Käse • 30 g weiche Butter • 2 EL Quark
- Salz, Pfeffer • 1 Prise Paprikapulver • 1 Prise Kümmelpulver
- 1 rote Zwiebel • 1 EL Schnittlauchröllchen • 100 g Radieschen

1. Den Käse mit einem Messer sehr fein hacken. Mit Butter, Quark, etwas Salz, Pfeffer, Paprika und Kümmel in einer Schüssel verrühren.
2. Die Zwiebel abziehen, fein würfeln und $\frac{2}{3}$ davon untermischen. Den Rest mit dem Schnittlauch darüberstreuen. Das Käsegehackte zusammen mit den Radieschen und frischem Bauern- oder Vollkornbrot servieren.



Mächtige Könige, reiche Städte und eine SAGENHAFTE LANDSCHAFT

> Sachsen-Anhalt den Höhepunkt des Nationalparks Harz. Der Nationalpark hat sich erneut in eine Art Sperrgebiet verwandelt, in dem die menschliche Einflussnahme so weit wie möglich zurückgedrängt wird. Ohne ihn freilich wie im früheren Sinne abzuriegeln. Die Wanderungen durch seine Wälder und über seine Höhen – auf Skischuhen, Langlauf-Skiern oder zu Fuß – zählen zu den stillsten und schönsten Wintervergnügen. Mit dem Luchs ist im Nationalpark zudem ein alter Bekannter heimisch geworden, der einen unberührten Lebensraum zu schätzen weiß. Hin und wieder entdecken Wanderer die frischen Spuren der scheuen Raubkatzen im Schnee.

Der Harz hat sogar seine eigene „Hölle“. Überraschenderweise liegt sie nicht in der Nähe des Örtchens Elend inmitten der Region, wie man das vielleicht annehmen würde. Sondern ganz im Osten, im Herzen Quedlinburgs. Wer an seinem prächtigen Rathaus vorbeigeht, schlüpft rechts in einen kleinen Gang namens Schuhhof, der wiederum schnurgeradeaus in die „Hölle“ führt. So heißt eine Quedlinburger Altstadtgasse, der Name basiert auf einem mittelalterlichen Übersetzungsfehler. Und was soll man sagen: Schön ist es in der „Hölle“! Gleich einer Schlucht fassen hohe Fachwerkhäuser die Gasse ein, vom „Höllenhof“ aus dem 13. Jahrhundert >



Schloss Quedlinburg oberhalb der Altstadt erinnert an die bedeutende Geschichte der Stadt im Landkreis Harz. In der Gruft der Stiftskirche mit ihren zwei Türmen befindet sich der Sarg der Königin Mathilde. Ihr Mann, Heinrich I., war im Jahr 919 zum deutschen König gewählt worden und Quedlinburg als Stammsitz seiner Familie profitierte von diesem Aufstieg. Nach seinem Tod gründete Mathilde auf dem Schlossberg ein Damenstift, das fortan großen Einfluss auf Stadt und Region hatte



Wernigerode bietet auf seinem Marktplatz einen eindrucksvollen Weihnachtsmarkt. Die Stufen zum imposanten Rathaus der Stadt schmückt ein hell erleuchteter Christbaum. Es entstand bereits im 13. Jahrhundert, seine heutige Gestalt erhielt es dann rund zwei Jahrhunderte später. Das „Café Wien“ befindet sich in Wernigerode und hat sich der genussvollen Kaffeehaus-Kultur verschrieben. Die Spezialität des Hauses sind opulente Torten. Mit dem Nachtwächter durch die Welterbe-Stadt Quedlinburg. Neben den traditionellen sind besonders die szenischen Führungen nach Einbruch der Dunkelheit beliebt. Das Schnitzwerk an den Quedlinburger Fassaden verrät viel über das Leben der früheren Bewohner. Die Altstadt von Goslar präsentiert sich als Traumkulisse für einen Weihnachtsmarkt. Im goldenen Schein der Lichterketten wirken die bunten Fachwerk-Fassaden der altherwürdigen Bürgerhäuser noch imposanter



Weihnachtszauber IN HISTORISCHEM AMBIENTE



Heringssalat auf Harzer Art

Für 4 Portionen

- 4 Salzheringsfilets • 150 g gegarte Pellkartoffeln • 2 säuerliche Äpfel
- 350 g Rote Bete (aus dem Glas, abgetropft) • 175 g Gewürzgurken
- 120 g Schweinebraten-Aufschnitt • 150 g Crème fraîche
- 1–2 EL Johannisbeergelee • Salz, Pfeffer • 2 EL Weißweinessig

1. Den Fisch ca. 12 Stunden in einer großen, flachen Schale wässern, dabei mindestens einmal das Wasser wechseln. Den Fisch abtropfen lassen, dann trocken tupfen und in Stücke schneiden.
2. Die Kartoffeln pellen. Äpfel abbrausen, schälen, vierteln und entkernen. Kartoffeln, Rote Bete, Äpfel, Gewürzgurken und Schweinebraten in kleine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben.
3. Crème fraîche und Johannisbeergelee verrühren, mit Salz, Pfeffer und Essig würzen, dann mit den Salatzutaten vermengen. Den Salat ca. 2 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen, anschließend noch einmal abschmecken. Auf einer Platte anrichten und nach Belieben mit Dill und in Scheiben geschnittenen gekochten Eiern garnieren. Dazu schmeckt frisches Bauernbrot.

> blickt ein gusseiserner Rabe auf die Fußgänger herab. Besonders stimmungsvoll ist die Weihnachtszeit, wenn sich die Stadt in die „Adventsstadt“ verwandelt. Bis in die verwinkelten Höfe hinein stehen dann Buden und Stände, es duftet nach Glühwein und Maroni, die Festlichkeit wirkt wunderbar märchenhaft.

In mancherlei Hinsicht ist Quedlinburg wie der gesamte Harz: Die historische Fülle überwältigt. 1994 wurde die Stadt zum UNESCO-Welterbe erklärt, unter den fast 3500 Gebäuden im entsprechenden Altstadt-Bereich befinden sich mehr als 2000 Fachwerkhäuser. Noch heute bewegen sich die Menschen in denselben Gassen wie vor mehr als 1000 Jahren. Damals, im Jahr 919, war Heinrich I. zum deutschen König erhoben worden. Angeblich hielt er sich in Quedlinburg auf, als er von der Wahl erfuhr. Heinrich war ein Harzer durch und durch, liebte die Jagd in den Wäldern und wurde vermutlich in der Quedlinburger Stiftskirche begraben. Auf den Thron folgte sein Sohn Otto, den der Papst 962 zum römisch-deutschen Kaiser >

Genießen im ehemaligen KLOSTERGUT

> krönte. Damals waren Quedlinburg und der Harz der Mittelpunkt des Reichs. Die einzigartige Architektur der Stadt bewahrt dieses reiche Erbe glücklicherweise bis in die Gegenwart.

Wer derweil den Fährten weihnachtlicher Traditionen durch die Region folgt, wird vorwiegend kulinarisch fündig: In Wernigerode etwa ist der „Harzer Baumkuchen“ zu Hause, wo er zwar ganzjährig genossen wird, am besten aber doch in der Weihnachtszeit schmeckt. Und seit 130 Jahren backt die Firma Friwi im male- rischen Stolberg köstliche Kekse, die sie in einem hübschen Fachwerk-Café mitten im Ort auch serviert. Stollen, Spekulatius und Früchteprinten heißen die im Advent be- gehrtesten Köstlichkeiten.

Nicht nur Süßes entdeckt man auf den Harzer Weihnachtsmärkten, die wegen der meist eindrucksvollen Stadtkulissen, vor denen sie stattfinden, eine weitere Spezialität der Region sind. Neben dem weltberühmten Budenzauber in Quedlin- burg wissen sich auch die Altstädte unter anderem von Wernigerode, Stolberg und Goslar festlich in Szene zu setzen. Die

Kaiserstadt Goslar war 1992 zum UNESCO-Welterbe erklärt worden, 2010 kam die „Oberharzer Wasserwirtschaft“ hinzu, auch „Oberharzer Wasserregal“ genannt. Ein weit verzweigter Verbund von Seen, Stollen, Pumpen, Wasserrädern und Gräben, angelegt im 16. bis 19. Jahr- hundert, um den seinerzeit lebenswichti- gen Bergbau mit Infrastruktur und Energie zu versorgen. Ein Teil der Oberharzer Was- serwirtschaft dient auch heute noch dem Hochwasserschutz und der Trinkwasser- versorgung in der Region.

In Gestalt zaubermächtiger Zwerge fand der Bergbau auch seinen Platz im Harzer Sagenschatz. Es heißt, sie hätten die Unterwelten der Region in Höhlen aus Sil- ber und Gold bewohnt. Unverhofft einen Teil dieses sagenhaften Reichtums aufzu- spüren, das war für Generationen von Bergleuten, die einst unter Tage schufte- ten, Hoffnung und Antrieb zugleich. Denn schließlich erweist sich der Harz immer wieder als ein Land der Wunder: Wo sonst kann man beobachten, wie tatsächlich – in Quedlinburg bei frostigen Minusgraden – die „Hölle“ zufrürt. *Florian Wachsmann*



Das ehemalige Kloster Wöltingerode bei Goslar hat seine Wurzeln im 12. Jahrhundert. Heute beherbergt das Klostergut ein Hotel, Ausstellungsräume, eine Landwirtschaft und eine Brennerei samt großem Fasslager



Harzer Wurzelfleisch

Für 4–6 Portionen

• 1 Bund Suppengrün • 2 Zwiebeln • Salz • 1 kg Rindfleisch (z. B. Rinderbrust oder Tafelspitz) • 5 schwarze Pfefferkörner (zerstoßen) • 2 Lorbeerblätter • 3 Stängel Petersilie • 100 g Möhren • 50 g Petersilienwurzel • 80 g Knollensellerie • 100 g Porree • 30 g Butter • ½ TL edelsüßes Paprikapulver • 1–2 EL Weißwein- essig • 20 g frisch geschabter Meerrettich • 1 EL gehackte Petersilie

1. Das Suppengrün schälen und in grobe Stücke schneiden. 1 Zwiebel ungeschält hal- bieren, mit der Schnittfläche nach unten in einer Pfanne dunkel bräunen.
2. In einem Topf ca. 2,5 l Wasser mit 2 TL Salz aufkochen. Das Fleisch einlegen, Pfeffer- körner, Lorbeer, Petersilie, gebräunte Zwiebel und Suppengrün zufügen. Zugedeckt 1,5–2 Stunden bei geringer Hitze köcheln lassen, dabei den Schaum abschöpfen.
3. Möhren, Petersilienwurzel, Knollensellerie schälen und reiben. Porree putzen, ab- brausen, in feine Ringe schneiden. Übrige Zwiebel abziehen, in feine Ringe schneiden.
4. Fleisch aus der Brühe heben, die Brühe abseihen und das Fleisch in etwas Brühe warm stellen. Die Gemüse-Julienne in der restlichen Brühe mit leichtem Biss garen.
5. Inzwischen Butter in einer Pfanne erhitzen, Zwiebelringe darin bei milder Hitze andünsten. Leicht salzen, mit Paprika bestäuben und mit Essig ablöschen.
6. Fleisch in Scheiben schneiden, mit Gemüse-Julienne, Meerrettich und Zwiebeln anrichten. Mit etwas Brühe beträufeln und mit Petersilie bestreut servieren.

ADRESSEN

Rodelhaus
Mittelstation
38700 Braunlage
☎ 055 20/999 33 66
www.das-rodelhaus.de

Café Wien
Breite Straße 4
38855 Wernigerode
☎ 039 43/63 24 09
www.cafewienwernigerode.de

Klosterbrennerei Wöltingerode
Wöltingerode 1
38690 Goslar
☎ 053 24/77 44 50
www.woeltingerode.de

Waldgasthaus Rabenklippe
Rabenklippe
38667 Bad Harzburg
☎ 053 22/28 55
www.waldgasthaus-rabenklippe.de
www.bad-harzburg.de

Harzer Schmalspurbahnen
☎ 039 43/55 80
www.hsb-wr.de

Nationalparkverwaltung Harz
Lindenallee 35
38855 Wernigerode
☎ 039 43/5 50 20
www.nationalpark-harz.de

Stadt Quedlinburg
Markt 4
06484 Quedlinburg,
☎ 039 46/90 56 20
www.quedlinburg.de

Stadt Wernigerode
Marktplatz 1
38855 Wernigerode
☎ 039 43/65 40
www.wernigerode.de

Stadt Goslar
Markt 7
38640 Goslar
☎ 053 21/78 06 60
www.goslar.de

Harzer Tourismusverband
Marktstraße 45
38640 Goslar
☎ 053 21/3 40 40
www.harzinfo.de

Tourismusinfo Oberharz
☎ 053 28/80 20
www.oberharz.de

Stadt Harzgerode
Am Lindenberg 14
06493 Harzgerode
☎ 03 94 84/7 47 61 01
www.harzgerode.de



Suppen, Salate & Kleinigkeiten

Ananas-Kurkuma-Marmelade	73
Brezensalat mit Leberkäse	57
Brotblumen	19
Fischsuppe, schottische	19
Goldene Milch	74
Harzer Käse, eingelegter	104
Harzer Käsegehacktes	105
Heringssalat auf Harzer Art	107
Kir Quitte	23
Kohl, eingelegter, mit Kurkuma (Kimchi)	70
Nudelsalat, klassischer, mit Fleischwurst & Erbsen	55
Pilz-Ravioli mit Balsamico-Schalotten	21
Radicchio-Salat mit Birnen	23
Rettich & Ringelbete mit Croûtons & Agaven-Dressing	57
Rotkohlsalat mit Apfel, Speck & Senfsoße	56
Rotkohlsalat mit Möhre & gebackenem Schafskäse	56
Sellerie-Cremesuppe	21
Süßkartoffel-Avocado-Salat mit Radieschen	54
Süßkartoffel-Kokos-Suppe	23
Süßkartoffel-Kurkuma-Suppe	69
Tee Spritz	21
Thurgauer Mostsuppe mit Käsechips	84
Vollkornschnitten mit Roter Bete, Frischkäse, Nüssen & Honig	93
Weißkohlsalat mit Apfel, Walnüssen & Speck	55
Winter-Martini	19

Vegetarisches

Chicorée, überbackener, mit Joghurt, Käse & Walnüssen	92
Gemüse-Hirse-Auflauf	48
Gemüse-Lasagne	49
Gemüse-Tarte mit bunter Bete	22
Käsespätzle mit Schmorzwiebeln	51
Kartoffel-Porree-Auflauf	52
Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf	44
Kurkuma-Reis, gebratener, mit Möhren, Ingwer & Erbsen	72
Linsen-Gnocchi-Gratin mit Apfel & Porree	46
Maultaschen mit Linsenfüllung	60
Möhren-Pastinaken-Auflauf	50
Rosenkohl-Wirsing-Auflauf	47
Rote-Bete-Steckrüben-Auflauf	50
Spinat-Ricotta-Lasagne	45
Teigtaschen mit Rote-Bete-Birnen-Füllung in Mohnbutter	62
Tortellini-Auflauf	52
Zucchini-Pilz-Auflauf	48

Hauptgerichte & Beilagen

Blattspinat-Schnecken	83
Bratkartoffeln mit Parmesan	21
Brotbraten	78
Erbsen & Bohnen mit Haselnüssen	19
Gewürzhähnchen, indisches	73
Grundrezept Nudelteig für Maultaschen	62
Gulasch im Brot	79
Harzer Wurzelfleisch	108
Hirschkalbsbraten mit Glühweinsoße,	
Fächerkartoffeln & Preiselbeer-Rotkohl	27
Kalbfilet im Speckmantel mit Selleriepüree & Möhren	85
Kartoffel-Kurkuma-Eintopf mit Huhn	71

Kartoffelpuffer, Kümmel-Backkartoffeln & Stampfkartoffeln	103
Kartoffel-Rosenkohl-Auflauf mit Hähnchen	72
Kurkuma-Seelachs mit Kartoffel-Salat	71
Lachsfilet mit Kräuterkruste	20
Laugenbrötchen-Sonne mit Schinken & Käse	81
Maultaschen, gratinierte, mit Sauerkraut	60
Maultaschen im Schinkenmantel mit Kräuterschmand	60
Maultaschen gebratene & in Brühe	58
Ofenkäse im Brötchenkranz	80
Pesto-Sonne	82
Pflaumen-Käse-Tarte mit Walnüssen	93
Pizza-Kranz	80
Putenrollbraten mit Wirsing	18
Rosenkohl mit Marmite-Butter	23
Sandwich-Brot	81
Teigtäschchen, gedämpfte, mit Hackfleischfüllung	59

Süßes Gebäck & Desserts

Apfel-Tarte mit Apfel-Zimt-Mousse	86
Baumkuchen-Cupcakes	43
Bratapfel mit Karamell-Nüssen & Vanillesoße	91
Joghurt mit Bratapfel & Walnüssen	89
Käsekuchen mit Kurkuma-Honig-Creme	75
Kurkuma-Sahne-Eis mit Mandelkrokant	74
Lebkuchen-Mousse mit Punschkirschen	19
Lebkuchen-Tiramisu	21
Mokkatorte	113
Nuss-Kürbis-Tarte	88
Rotwein-Cremetorte & Toffee-Nuss-Schnecken	90
Vanille-Kokos-Creme	23

Plätzchen & Geschenke

Früchtebrot-Rolle	9
Gäneschmalz mit Äpfeln & eingelegter Gewürzkürbis	37
Gewürzmischung für Glühwein	33
Gewürzöl & eingelegte Kräuter-Pilze	34
Haselnuss-, Mandel- & Walnuss-Plätzchen	10
Ingwer-Rauten & Spekulatius	11
Karotten-Pesto	36
Kokos-, Mokka- & Schoko-Makronen	12
Landpastete, herzhaft	32
Mandarinen-Zimt-Gelee	38
Mandel-Sahne-Likör	39
Orangen-Sterne & Zitronen-Kokos-Stangen	8
Rotwein-Birnen mit Rosmarin	33
Schwarz-Weiß-Gebäck & Stollen-Plätzchen	9
Walnuss-Pesto	37
Zitronenlikör	38

Raclette

Banana-Split	98
Cheeseburger, pikanter	95
Garnelen-Mix	95
Kaiserschmarrn mit Kirschen	98
Pizza-Pfännchen	97
Schlemmer-Nudeln	95
Schoko-Fondue	98
Steak Hawaii	97
Tapas-Pfännchen	97

6x Meine gute Landküche und das 60-tlg. Tafelbesteck für nur 119 €!

Villeroy & Boch Tafelbesteck

Das rostfreie und spülmaschinenfeste Tafelbesteck der Kollektion „Oscar“ besticht durch seine sanft abgerundete Formensprache und eine dezente Prägung am Messergriff. Geliefert wird das Set in 2 edlen Besteckkassetten.

Inhalt: 12 Tafellöffel, 12 Tafelgabeln,
12 hochwertige Monoblock-Tafelmesser,
12 Kaffeeelöffel und 12 Kuchengabeln.

Material: Edelstahl 18/10.



Der Differenzbetrag von 89,30 €* zum aktuell gültigen Abo-Preis von 29,70 €* (Berechnung jährlich) wird ggf. per Nachnahme erhoben.

meine gute Landküche - Sparpaket:

Villeroy & Boch Tafelbesteck, 60-tlg.	358,00 €* [*]
6 Ausgaben Meine gute Landküche	29,70 €
Regulärer Preis	387,70 €

Sie
sparen über
69 %

Ihre Ersparnis
Gesamtpaket nur 119 €

^{*}UVP des Herstellers

Gleich bestellen: +49 (0) 18 06/93 94 00 77

(€ 0,20/Anruf aus dem dt. Festnetz, aus dem Mobilnetz max. € 0,60/Anruf, Ausland abweichend)

www.landkueche-abo.de

Verantwortlicher und Kontakt: Abonnenten Service Center GmbH, Hauptstr. 130, 77652 Offenburg für die M.I.G. Medien Innovation GmbH, in gemeinsamer Verantwortlichkeit mit mehreren Verlagen von Hubert Burda Media (siehe www.burda.com/de/gvv). Alle Preise in Euro inklusive der gesetzlichen MwSt. und Versand. Sie haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Die Belehrung können Sie unter www.meinschoenergarten-abo.de/agb abrufen.

Datenschutzinfo: Kontakt zum Datenschutzbeauftragten: Abonnenten Service Center GmbH, Postfach 1223, 77602 Offenburg, Tel.: 0781-6396100. Namens-, Adress- und Kontaktdaten zum Vertragsschluss erforderlich. Verarbeitung (auch durch Zahlungs- und Versanddienstleister) zur Vertragserfüllung sowie zu eigenen und fremden Werbezwecken (Art. 6 I b) bzw. f) DSGVO), solange für diese Zwecke oder aufgrund Aufbewahrungspflichten erforderlich. Bei Art. 6 I f) DSGVO ist unser berechtigtes Interesse die Durchführung von Direktwerbung. Sie haben Rechte auf Auskunft, Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung, auf Datenübertragbarkeit sowie auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde.

Auslandskonditionen auf Anfrage. Bitte geben Sie bei Ihrer Bestellung die Aktionsnummer 643 343 E/G an.

Kontakt zur Redaktion: Sabine Valha
☎ 07 81/84 51 54 Fax: 07 81/84 22 54
E-Mail: sabine.valha@burda.com

Abonnenten-Service meine gute Landküche,
Postfach 072, 77649 Offenburg
☎ +49 (0) 7 81 6 39 65 83 (Anruf zum Ortstarif)
Abo-Bestellungen: www.landkueche-abo.de
Bestellhotline: ☎ +49 (0) 18 06/93 94 00 77*,
Fax +49 (0) 18 06/93 94 00 79*
(*€ 0,20/Anruf aus dem dt. Festnetz.
Aus dem Mobilfunknetz max. € 0,60/Anruf.
Ausland abweichend)

Geschäftsführung: Kay Labinsky
Chefredakteurin: Marie-Luise Schebesta (V.i.S.d.P.)
Competence Center Food:
Susanne Peters (Redaktionsleitung),
Sarah Hein (EZ), Linh Le Thanh Vu, Ute Pichl;
Corinna Othen (Grafik)
Bildredaktion: Michael Gregorowits (Fotograf)
Schlussredaktion:
Kresse & Discher GmbH, Offenburg
Produktion: Hardy Metasch (Ltg.), Gabriele
Bürkle, Katharina Jehle, Stefan Schledorn
Brand Director: Petra Hornberger
Senior Brand Management: Jasmin Wagner

Burda Community Network GmbH München
Geschäftsführer: Burkhard Graßmann, Michael Samak
Verantwortlich für den Anzeigenteil:

AdTech Factory GmbH,
Hauptstraße 127, 77652 Offenburg,
Alexander Hugel.
Es gilt die aktuelle Preisliste,
siehe bcn.burda.de.



Mit dem Wort ANZEIGE gekennzeichnete Seiten
sind vom Werbetreibenden gestaltet und nicht
Teil des redaktionellen Inhalts.

Vertrieb: MZV GmbH & Co. KG,
85716 Unterschleißheim

Vertriebsleiter: Timo Wenzlawski

Aktuelle Ausgabe per Post:

MZV Onlineshop, www.mzv.de

Repro: Werner Kugler;
Pixel4Media – BurdaVerlag

Druck: Quad/Graphics

meine gute Landküche erscheint 2-monatlich.
Einzelpreis in Deutschland: 4,95 € inkl. MwSt.,
Abonnementpreis: 29,70 € pro Jahr inkl. MwSt.;

Datenschutzanfrage: ☎ 07 81/639 61 00

Fax: 07 81/639 61 01 **E-Mail:**

meinegutelandkueche@datenschutzanfrage.de

Einzelheft-Bestellung: Pressevertrieb Nord KG,
www.meine-zeitschrift.de

E-Mail: einzelheftbestellung@pvn.de

Internet: www.mein-schoenes-land.de

www.burda-foodshop.de

www.facebook.com/meinegutelandkueche

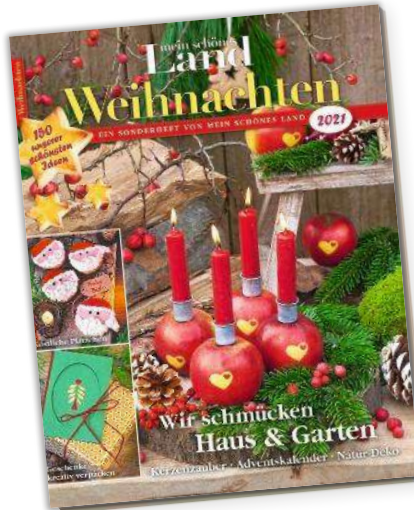


meine gute Landküche darf nur mit Genehmigung
des Verlags in Lesezirkeln geführt werden. Der Export
von **meine gute Landküche** und der Vertrieb im
Ausland sind nur mit Genehmigung des Verlags statt-
haft. Für unverlangt eingesandte Fotos und Manu-
skripte wird keine Haftung übernommen.

Print macht stark

GUT ZU WISSEN

Jetzt neu im Zeitschriftenregal



Tannengrün, Plätzchenduft, funkelnde Kugeln am Christbaum – Weihnachten ruft wie kein anderes Fest Erinnerungen an die Kindheit in uns wach. Zauberhafte Ideen und Inspirationen für diese ganz besondere Zeit finden Sie im aktuellen „mein schönes Land“-Sonderheft. Bastelanleitungen für Schönes mit Kerzen sowie für Sterne aus Stroh und Papier sind dabei, außerdem Adventskalender, Windlichter und dekorative Pflanzenarrangements für Balkon & Terrasse zum Nachmachen. Dazu Geschichten über Weihnachtsbräuche und Rezepte für köstliche Leckereien. Das neue Heft bekommen Sie jetzt für 4,95 Euro überall dort, wo es Zeitschriften gibt.

Kleinanzeigen

500 Fasten-Wanderungen! Europaweit, ganz-
jährig. Woche ab 350 €. Tel./Fax 0631-47472
www.fasten-wander-zentrale.de

www.mission-ornament.com

„Zeit für besondere Tischwäsche und ein neues
Tischgefühl - stilvolle Unikate, handbedruckt mit
historischen Mustern“



www.bunzlauergrosshandel.de

Bunzlauer Keramik Geschirr zum Wohlfühlen,
einzigartig!



Gugelhupf war gestern! Neue Kuchen mit
Backformen von www.dek-design.de

**INTERESSE
AN EINER
KLEINANZEIGE?**

Wir beraten Sie gerne!
**BCN | Burda Community
Network GmbH**

Tel: 07 81/84-36 80 oder 36 81
E-Mail: mediasales@burda.com
[www.mein-schoenes-land.com/
kleinanzeigen](http://www.mein-schoenes-land.com/kleinanzeigen)

Mokkatorte

Für 12 Stücke

Für den Teig:

- 6 Eier • 150 g Zucker • 1 Pck. Vanillezucker • 4 EL kaltes Wasser
- 110 g Mehl • 1 Pck. Backpulver • 4 EL Kakaopulver

Für Füllung und Deko:

- 1 l Schlagsahne • 5 EL löslicher Kaffee • 1 EL Zucker
- 5 Pck. Sahnesteif • 100 g Zartbitter-Schokoraspel
- 12 Mokkabohnen aus Schokolade

1. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft: 160 Grad) vorheizen. Den Boden einer Springform (ø 26 cm) fetten.

2. Für den Teig Eier mit Zucker, Vanillezucker und Wasser 5 Minuten sehr cremig schlagen. Mehl mit Backpulver und Kakaopulver mischen. Die Mehlmischung nach und nach zur Eiermasse sieben, dann sehr vorsichtig unterheben. Den Teig in die Form geben und im Ofen ca. 25 Minuten backen. Herausnehmen und vollständig abkühlen lassen.

3. Für die Füllung 3–4 EL Sahne in einen Topf geben. Löslichen Kaffee und Zucker zufügen, alles kurz unter Rühren erhitzen, bis sich Zucker und Pulver aufgelöst haben. Vollständig abkühlen lassen.

4. Die übrige Sahne aufschlagen. Sobald sie schaumig wird, Sahnesteif zufügen und die Sahne steif schlagen. Die Kaffeesahne vorsichtig unterheben. Evtl. noch etwas Kakaopulver einsieben und unterheben, bis die gewünschte Farbe entsteht.

5. Den Biskuitboden zweimal waagrecht durchschneiden. Den ersten Boden auf eine Kuchenplatte legen. Mit ca. 1/3 der Creme bestreichen und den zweiten Boden darauflegen. Diesen wieder mit 1/3 der Creme bestreichen. Dann ca. 4 EL der Sahne in einen Spritzbeutel geben und mit der übrigen Sahne den Kuchen vollständig einstreichen.

6. Die Schokoraspel mit den Händen an den Rand der Torte drücken. Mit dem Spritzbeutel auf die Torte rundherum etwa 12 kleine Tupfer spritzen. Dann die Mokkabohnen auf diese Tuffs legen und leicht andrücken. Bis zum Servieren kalt stellen.



Noch mehr tolle Backrezepte auf
www.einfachbacken.de



„meine gute Landküche“ gibt es auch als E-Paper

- Das „meine gute Landküche“-E-Paper ist über den Apple App Store und den Google Play Store erhältlich, und zwar innerhalb der App von „mein schönes Land“. Einfach App installieren und E-Paper herunterladen. Einzelhefte kosten je 3,99 Euro, das Halbjahresabo 10,99 Euro und das Jahresabo 22,99 Euro. ■

VORSCHAU



Mmh, Carbonara!

Das würzige Nudelgericht mit Ei und Speck ist ein allseits beliebter Klassiker, überzeugt aber ebenso in köstlichen neuen Varianten



Klein & fein

Lust auf Süßes zum Kaffee, aber eine ganze Torte ist zu viel? Dann sind unsere köstlichen Mini-Kuchen mit Äpfeln und Birnen, mit fluffigen Cremes oder viel Schokolade genau das Richtige für Sie!



Gutes Brot für jeden Tag

Beste Zutaten, die richtigen Handgriffe und vor allem die Ruhezeiten – worauf es beim Brotbacken ankommt, zeigen und erklären der Bestsellerautor Lutz Geißler und die Designerin Sandra Weihe mit ausgewählten alltagstauglichen Rezepten



Das nächste Heft erscheint am 23. Dezember 2021

Etwas Warmes tut nach einem langen Winterspaziergang einfach gut! Wie wäre es mit einer Blumenkohlsuppe und knusprigem Speck dazu? Auch Meerrettich heizt in der kalten Jahreszeit tüchtig ein und ist obendrein noch wertvoll für die Gesundheit. Außerdem gibt's Leckeres mit Räucherlachs, tolle Rezepte für einen Langschläfer-Brunch und vieles mehr.





#beebetter



// Was braucht es wirklich, um das stumme Sterben der Bienen, der Insekten, der Vögel (...) ganzer Biotope zu verhindern? Es braucht ein neues Bewusstsein: weniger ist mehr. Weniger Fleisch essen, weniger Lebensmittel wegwerfen, weniger Landschaft betonieren, weniger Felder industriell bebauen, mehr Flächen für Blühwiesen, mehr bezahlen für hochwertige Produkte! Bist Du dabei? Dann haben die Bienen eine Chance. //

Nina Ruge,
Fernsehmoderatorin

#beebetter mit Nina Ruge

Werden Sie Teil der großen Initiative zum Schutz der Wildbienen.
Weitere Informationen auf beebetter.de

meine gute
Landküche



FISKARS®



STILLE NACHT STATT DURCHGEMACHT

Ab 13. Oktober im Handel
mit EXTRA 65 Weihnachts-Sticker



**SCHÖNES LAND.
SCHÖNES LEBEN.**



Mit Liebe gebacken



*Ideal zum
Verschenken*



Elisen-Lebkuchen



Für ca. 8 Stück

Für den Teig:

- 3 Eier • 170 g Zucker • 2 TL Lebkuchengewürz
- 3 Tropfen Bittermandelaroma • 1 TL Abrieb von 1 Bio-Zitrone
- 100 g Walnusskerne • 100 g Orangeat • 100 g Zitronat
- je 100 g gemahlene Mandeln und Haselnüsse

Außerdem:

- 4 eckige Backoblaten (12x20 cm) • 300 g Puderzucker
- Saft von 1 Zitrone • 1 Eiweiß
- ca. 20 halbierte abgezogene Mandeln • Glanzbilder

1. Für den Teig die Eier schaumig schlagen, bis sich das Volumen verdreifacht hat. Den Zucker zufügen und alles weitere 3 Minuten schaumig schlagen. Dann Gewürz, Aroma und Zitronenabrieb unterrühren.

2. Walnüsse, Orangeat und Zitronat nacheinander im Mixer fein hacken. Mit den Mandeln und den Nüssen unter den Eischnee mischen. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt ca. 6 Stunden kühl stellen.

3. Die Oblaten in verschieden große Rechtecke schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Den Backofen auf 160 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

4. Den Teig in einen Spritzbeutel füllen und auf jede Oblate ca. 1 cm dick aufspritzen. Mit einem feuchten Messer glatt streichen. Die Lebkuchen im heißen Ofen auf der mittleren Schiene ca. 25 Minuten (große Oblaten) bzw. 15 Minuten (kleine Oblaten) backen. Herausnehmen, abkühlen lassen.

5. Für die Glasur 100 g Puderzucker mit dem Zitronensaft verrühren und das Gebäck damit bestreichen. Für die Verzierung 200 g Puderzucker mit dem Eiweiß verrühren. In 2 Gefrierbeutel verteilen, bei einem Beutel eine kleine, beim anderen eine etwas größere Ecke abschneiden. Die Lebkuchen damit verzieren und mit den Mandeln garnieren. Die Glanzbilder mit der übrigen Eiweißglasur auf die Lebkuchen kleben. Die Lebkuchen trocknen lassen. In Dosen verpackt sind sie ca. 4 Wochen haltbar.



Baiser-Gebäck



Für 10–12 Stück

• 200 g Zucker • 2 Pck. Vanillezucker • 4 Eiweiß • Salz
• grüne und rote Lebensmittelfarbe • Zuckerperlen und
Zuckerstreusel

1. Zucker und Vanillezucker mischen. Das Eiweiß mit einer Prise Salz sehr steif schlagen. Die Zuckermischung nach und nach einrieseln lassen und dabei weiterschlagen.
2. Den Eischnee in drei Portionen teilen. Eine Portion mit einigen Tropfen grüner, eine weitere mit einigen Tropfen roter Lebensmittelfarbe verrühren. Die dritte Portion so belassen.
3. Den Backofen auf 100 Grad (Umluft 80 Grad) vorheizen.
4. Die Eischnee-Portionen jeweils getrennt in einen Spritzbeutel mit glatter Tülle oder mit Sterntülle füllen und in beliebigen Formen auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen. Nach Belieben mit Zuckerperlen bestreuen.
5. Die Baisers im Ofen auf der zweiten Schiene von unten 5–6 Stunden trocknen lassen, dabei einen Kochlöffelstiel in die Ofentür klemmen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Das Gebäck sollte nicht bräunen.

Feine Kokosmakronen

4 Eiweiß steif schlagen, nach und nach 200 g Zucker, 1 Pck. Vanillezucker, 1 EL Zitronensaft zufügen. 200 g Kokosraspel vorsichtig unterheben. Die Masse in einen Spritzbeutel füllen und in Tupfen auf ein mit Backpapier belegtes Blech spritzen. Im 150 Grad heißen Ofen ca. 20 Minuten backen.





Knuspersterne, dekorativ gestapelt



Gewürz-Tannenbäume



Für ca. 5 Stück

Für den Teig:

• 300 g Mehl • 1 Prise Salz • 1 Pck. Vanillezucker • ½ TL Spekulatiusgewürz • 100 g feiner Zucker • 200 g zimmerwarme Butter • 1 Eigelb

Für Glasur und Verzierung:

• 300 g Puderzucker • 3 EL Zitronensaft • Nonpareilles-Perlen (winzige Zuckerperlen) in Rot • kleine und große Zuckerperlen in Rot und Silber

1. Für den Teig alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten. Die Arbeitsfläche und den Teig bemehlen und den Teig ca. 4 mm dick ausrollen. Unterschiedlich große Sterne (2, 5, 7 und 9 cm Ø) ausstechen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen. Große und kleine Sterne getrennt auf zwei mit Backpapier belegte Bleche legen. Nacheinander im Ofen auf der mittleren Schiene 12 Minuten (große Sterne) bzw. 10 Minuten (kleine Sterne) backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Dann die Sterne zu kleinen „Bäumen“ aufeinanderlegen.

3. Für die Glasur Puderzucker mit Zitronensaft verrühren. In einen Gefrierbeutel füllen, eine Ecke abschneiden. Die Ränder von 5 kleinen Sternen mit etwas Glasur bespritzen und mit den roten Nonpareilles-Perlen bestreuen. Die kleinen Sterne beiseitelegen und trocknen lassen.

4. Die Sternentänne wieder auseinanderlegen. Auf dem unteren Stern etwas Glasur aufspritzen. Nächsten Stern auflegen und zusammendrücken. So fortfahren, bis die Bäume zusammengesetzt sind. Mit Perlen garnieren. Oben etwas Glasur aufspritzen und den in Rot verzierten Stern aufgestellt eindrücken. Das Gebäck ist in Dosen ca. 4 Wochen haltbar.

Gut zu wissen: Spekulatius-Gewürz enthält unter anderem Zimt, Orangen- und Zitronenschale, Kardamom, Nelken, Koriander, Muskat.

Mini-Schoko-Kuchen



Für 1 Kuchen

Für den Teig:

- 125 g weiche Butter • 1 TL gemahlener Kardamom
- 100 g feiner Zucker • 25 g Sahne • 3 Eier • 25 g Kakaopulver
- 125 g Mehl • 2 TL Backpulver • 50 g Zartbitter-Schokoladenraspel

Für die Nusshaube:

- 100 g Zucker • 140 g ganze Walnüsse • 80 g weiße Kuvertüre

1. Einen Tortenring (12 cm Ø, 6 cm hoch) auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stellen. Damit kein Teig auslaufen kann, das Papier am Rand hochziehen und die Ecken eindrehen. Dann den Ring so mit Backpapier auslegen, dass das Papier ca. 3 cm nach oben übersteht.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

3. Für den Teig die Butter und den Kardamom mit dem Handrührer schaumig schlagen. Zucker und Sahne kurz unterschlagen. Dann die Eier nacheinander unterrühren. Kakao, Mehl und Backpulver vermischen, zufügen und unterrühren. Dann die Schokolade unterheben. Den Teig in die Form geben und glatt streichen. Im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 60 Minuten backen. Anschließend herausnehmen und auskühlen lassen. Den Tortenring vom Kuchen lösen.

4. Für die Nusshaube den Zucker mit 70 ml Wasser in einem kleinen Topf ca. 2 Minuten sprudelnd kochen. Die Nüsse zufügen, umrühren und noch ca. 1 Minute kochen lassen. Die mit Sirup überzogenen Nüsse auf Backpapier verteilen und abkühlen lassen.

5. Die Kuvertüre in einem heißen Wasserbad auflösen. Das Gebäck damit bestreichen, die Nüsse darauf festdrücken. Die Garnitur fest werden lassen.

Gut zu wissen: Den Mini-Kuchen zum Verschenken auf einen schönen Teller geben und ein breites, rotes Band mit Drahtkante dekorativ darumbinden.



Klein & fein mit Nusshaube





Dominostein- Adventskalender



Für 49 Stück

Für den Teig:

- 40 g Butter • 150 g Zucker • 150 g Honig • 2 Eigelb
- 350 g Mehl • 1 TL Lebkuchengewürz • 75 g gemahlene Mandeln
- 1 TL Hirschhornsalz • 1 Msp. Pottasche

Für Füllung und Verzierung:

- 200 g Marzipanrohmasse • 125 g Puderzucker • 20 ml Rum
- 250 g Orangenmarmelade • 500 g Zartbitterkuvertüre • bunte Zuckerperlen • Marzipan- und Zuckerfiguren • bunter Zuckerguss

1. Den Backofen auf 160 Grad Umluft vorheizen.
2. Butter mit Zucker und Honig in einem Topf schmelzen bzw. auflösen. In eine Schüssel füllen, Eigelbe und 50 ml Wasser unterrühren. Mehl, Lebkuchengewürz, Mandeln, Hirschhornsalz und Pottasche zufügen, alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zum Quadrat (ca. 20x20 cm) ausrollen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im Ofen ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen, auskühlen lassen.
3. Für die Füllung Marzipan mit Puderzucker und Rum verkneten, dann zwischen Backpapier in der Größe der Kuchenplatte ausrollen.
4. Den Kuchen waagrecht halbieren und den Boden mit der Hälfte der Marmelade bestreichen. Mit dem Marzipan belegen und mit der übrigen Marmelade bestreichen, dann den Teigdeckel daraufsetzen. Abgedeckt über Nacht ziehen lassen.
5. Den Kuchen in 3 cm große Quadrate schneiden. Die Kuvertüre hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Die Dominosteine darin wenden (am besten mit einer Pralinengabel). Auf einem Gitter abtropfen und dann fest werden lassen.
6. Die Dominosteine nach Belieben verzieren und mit Zuckerguss die Ziffern 1 bis 24 aufspritzen. Den Adventskalender luftdicht verpacken.

Große Linzer Herzen



Für 6 Stück

Für den Teig:

- 100 g fein gemahlene Walnüsse
- 100 g gemahlene abgezogene Mandeln • 200 g Mehl
- 200 g Zucker • 200 g Butter • 1 EL Kakaopulver • 1 TL Zimt
- 1 Prise gemahlene Nelken • 1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale
- 2 Eigelb • 1 EL Kirschwasser

Für die Verzierung:

- 150 g Himbeerkonfitüre • 30 g Preiselbeerkompott
- 70 g Puderzucker



1. Für den Teig alle Zutaten mit dem Handrührer glatt verkneten. Den Teig bemehlen und auf einem Bogen bemehlten Backpapier ca. 3 mm dick ausrollen. Das Backpapier mit dem Teig auf ein Backblech ziehen und ca. 30 Minuten kühl stellen.

2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

3. Aus dem Teig 6 große Herzen (ca. 12 cm) ausstechen. Den Teig um die Herzen aufnehmen und beiseitelegen. Die Herzen im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 10 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

4. Den übrigen Teig verkneten, auf Backpapier ausrollen und ca. 5 Minuten kühlen. Dann 6 weitere große Herzen ausstechen und den umliegenden Teig abnehmen. Die 6 Herzen mit dem kleinen Herz-Ausstecher (ca. 10 cm hoch) ausstechen und den inneren Teig herausnehmen. So fortfahren, bis der Teig verbraucht ist. Die Herzen im Ofen ca. 9 Minuten backen. Anschließend herausnehmen und abkühlen lassen.

5. Für die Verzierung Konfitüre und Kompott ca. 1 Minute kochen, dann durch ein Sieb streichen. Den Mix auf den ganzen Herzen verstreichen. Die innen ausgestochenen Herzen mit Puderzucker bestäuben, dann passgenau auf die mit Konfitüre bestrichenen Herzen legen. Nebeneinandergelegt aufbewahren und am besten frisch, spätestens nach 3 Tagen genießen.



Süße Versuchung mit Schuss



Früchtekuchen mit Whisky

Für ca. 12 Stücke



Für den Teig:

- 200 g Rosinen • 50 g gehackte kandierte Kirschen
- 50 g Orangeat • 50 g Zitronat • 100 ml Whisky
- 4 Eier • 120 g Zucker • 200 g Mehl
- 2 TL Backpulver • 100 g weiche Butter

Für die Verzierung:

- 100 g Marzipanrohmasse • 20 g Puderzucker
- 4 EL Aprikosenkonfitüre

1. Für den Teig die Trockenfrüchte mit dem Whisky übergießen und abgedeckt über Nacht ziehen lassen.
2. Am nächsten Tag den Ofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.
3. Die Eier mit dem Zucker sehr schaumig schlagen. Mehl und Backpulver vermischen, dann mit der Butter zum Eier-Mix geben. Alles mit dem Handrührer zu einem glatten Teig verrühren. Die eingeweichten Trockenfrüchte unterrühren. Den Teig in eine gefettete und mit Mehl bestäubte Kastenform (ca. 11 x 25 cm) füllen und glatt streichen. Den Kuchen im Ofen auf der zweiten Schiene von unten 50–60 Minuten backen. Anschließend herausnehmen und auf einen Rost stellen. Nach 10 Minuten den Kuchen aus der Form lösen und vollständig abkühlen lassen.
4. Für die Verzierung das Marzipan mit dem Puderzucker bestäuben und ausrollen, dann Sterne ausstechen. Die Konfitüre kurz aufkochen und den Kuchen damit bestreichen. Die Marzipan-Sterne sofort auflegen und etwas andrücken. Abkühlen lassen.



Weihnachtliche Frischkäse-Muffins



Für ca. 12 Stück

Für den Teig:

- 300 g Mehl • 2 TL Backpulver • 1 TL Natron
- 1 TL Spekulatiusgewürz • 80 g feiner Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker • 50 g weiße Schokoladenraspel
- 250 ml Buttermilch • 80 ml Rapsöl • 1 Ei

Für die Creme:

- 400 g Doppelrahm-Frischkäse • 60 g Puderzucker
- 1 Prise Zimt • 80 ml gesüßte Kokoscreme
- 12 rote Belegkirschen

1. Für den Teig das Mehl mit Backpulver, Natron, Gewürz, Zucker, Vanillezucker und Schokoladenraspeln vermischen. Die Buttermilch mit Öl und Ei in einer Schüssel mit dem Rührgerät kurz verquirlen, dann mit dem Mehl-Mix rasch vermengen.

2. Ein Muffin-Backblech (12 Mulden) mit Papierförmchen auslegen. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

3. Den Teig auf die Papierförmchen verteilen. Die Muffins im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 30 Minuten backen. Dann herausnehmen und ca. 45 Minuten abkühlen lassen.

4. Für die Creme den Frischkäse mit Puderzucker, Zimt und Kokoscreme verrühren. Die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf die Muffins spritzen. Die Belegkirschen daraufsetzen und die Muffins bis zum Servieren kühl stellen.



Der Liebling auf jeder Kaffeetafel





Birnenbrot



Für ca. 12 Stücke

Für den Teig:

- 32 g frische Hefe • 450 g Mehl • 170 g Zucker
- 1 TL Zimtpulver • 120 g weiche Butter

Für Füllung und Belag:

- 150 g Dörripflaumen • 150 g getrocknete Aprikosen
- 150 g Rosinen • 150 ml Weinbrand
- 500 g feste Birnen (z. B. Forelle) • 200 g Nusskernmischung
- 1 Ei • 1 EL Milch • 80 g geschälte ganze Mandeln • 12 Haselnüsse

1. Für den Teig die Hefe in 180 ml lauwarmem Wasser auflösen. Dann mit 150 g Mehl und 20 g Zucker glatt verrühren. Den Vorteig abgedeckt an einem warmen Ort ca. 60 Minuten gehen lassen.

2. Den Vorteig mit 150 g Zucker, Zimt, Butter und 300 g Mehl mit dem Handrührer glatt verkneten. Abgedeckt ca. 60 Minuten gehen lassen.

3. Für die Füllung die Pflaumen und Aprikosen klein schneiden. Beides mit den Rosinen in einer Schüssel mit dem Weinbrand vermischen. Die Birnen schälen, vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch in ca. 1 cm kleine Würfel schneiden. Mit den Nüssen in die Schüssel geben.

4. Den Teig bemehlen und zu einem Rechteck (ca. 30 x 40 cm) ausrollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Die Füllung auf eine Teighälfte verteilen, die andere Hälfte darüberklappen und fest andrücken. Nochmals 60 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.

5. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.

6. Das Ei mit der Milch verquirlen und den Mix auf den Teig streichen. Mit den Mandeln und den Haselnüssen belegen. Das Birnenbrot im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 50 Minuten goldbraun backen. Anschließend herausnehmen und ca. 30 Minuten abkühlen lassen. Dann das Birnenbrot in längliche Stücke schneiden. In Frischhaltefolie gewickelt hält das Brot sich im Gemüsefach des Kühlschranks 2 bis 3 Wochen.



LÄNDLICHER GENUSS & REGIONALE VIELFALT



Impressum

Das **meine gute Landküche-Booklet** ist eine Sonderpublikation der M.I.G. Medien Innovation GmbH, Hubert-Burda-Platz 1, 77652 Offenburg, ☎ 07 81/84 51 54, Fax: 07 81/84 22 54

Alle Rechte vorbehalten

Geschäftsführung: Kay Labinsky

Chefredaktion Land: Marie-Luise Schebesta (V.i.S.d.P.)

Redaktion Competence Center Food: Susanne Peters (Lt.), Linh Le Thanh Vu, Corinna Othzen (Grafik)

Bildredaktion: Michael Gregorowits **Schlussredaktion:** Kresse & Discher GmbH, Offenburg

Herstellung: Hardy Metasch (Lt.), Gabriele Bürkle, Katharina Jehle, Stefan Schledorn

Repro: Werner Kugler; Pixel4Media – Burda Magazine Holding GmbH **Druck:** Quad/Graphics Europe

Fotos: Fotolia (2)/photocrew/Burkhard Trautsch, MSL/Kramp+Gölling Foodstyling: Christiane Steinfeld (12), StockFood/Studio Schiermann; **Illustrationen:** Shutterstock/Le Panda

Internet-Adresse: www.mein-schoenes-land.com

E-Mail: mein-schoenes-land@burda.com

Abo: www.land-abo.de

meine gute
Landküche