

# GUSTO

*plus*  
RIPPERL  
SARDINEN  
SCHNELLES  
TOPFEN  
FRÜCHTE

BESONDERE BEILAGEN  
**DIE  
HEIMLICHEN  
STARS BEIM  
GRILLEN**

Österreichische Post AG, MZ 02032133 M, VGN/Medien Holding GmbH, Laborstraße 1-3, 1020 Wien; Retouren an Postfach 100, 1350 Wien  
5,90 €



# Tchibo

tchibo.at

Tchibo Vollautomat  
Esperto 2

269,-

Privat  
CARD

+ 1 kg Barista  
**GRATIS**\*



# WIRKLICH GUTES ENTDECKEN.

\* Angebot gültig mit Ihrer PrivatCard auf 1 kg Barista Espresso oder Caffè Crema. Solange der Vorrat reicht. Keine Barablöse.

Foto: Dieter Brasch



Melisa, Barbara,  
Susanne, Kerstin,  
Dominik & Wolfgang

## *Der Sommer liegt in der Luft ... oder ist es nur der Grill der Nachbarn?*

Können Sie es schon riechen? Es liegt etwas in der Luft! Offiziell startet der Sommer ja erst am 21. Juni, aber schon jetzt erahnen wir ihn, wenn es nach zarten Blüten und frisch gemähtem Gras riecht. Oh, und natürlich nach rauchig Gegrilltem! Beim Planen der aktuellen Ausgabe waren wir so richtig Feuer und Flamme. Endlich wieder Ripperl vom Holzkohlegrill, wie es unser Schlü so gerne mag! Steaks für unsere Barbara! Und viel Halloumi und gerösteten Spargel für mich. Nach der ersten Vorfreude kamen wir ins intensive Plaudern und schnell zum Schluss, dass die heimlichen Stars beim Grillen oft gar nicht vom Rost kommen. Beilagen wie unsere knusprigen Quetscherdäpfel (*die Redaktionsfavoriten finden Sie auf S.40*), gefüllte Steckerlbrote oder ein Limetten-Spitzkrautsalat verpassen jeder Grilleinladung eine individuelle Note. Viele Küchenprofis sehen das ähnlich und haben uns verraten, welche Extras bei ihren privaten Grillereien ja nicht fehlen dürfen (*zu lesen auf S. 31*). Wir halten es diesbezüglich ganz klar mit Alexander Kumptner: „Gutes Wetter!“ ☺

Konditorin und „Der wilde Eder“-Gastgeberin Eveline Wild hat uns beim Gespräch zu ihren Grillabenden übrigens erzählt, dass sie Süßes vom Rost so gar nicht leiden kann. „Man entkommt dem Raucharoma nicht, und das passt für mich einfach nicht zu Süßspeisen.“ Wie gut, dass wir für diesen Fall auch ganz fantastische Naschereien kreiert haben, die sich simpel und „rostfrei“ in der Küche vorbereiten lassen. Wir sagen nur: Topfen. Beeren. Desserts! Und verweisen Sie mit kleinen Herzchen in den Augen auf S. 42 und die fantastische Erdbeertorte unserer Charlotte. Hach, Sommer, wir können dich kaum erwarten!

*Viel Spaß beim Inspirieren Lassen, Kochen, Grillen und Einladen  
wünschen Ihnen*

Susanne Jelinek  
und die GUSTO-Redaktion  
jelinek.susanne@gusto.at

# Inhalt

Coverfoto: Dieter Brasch



26

## 16 Der WOW-Faktor

Zupfblume mit Speck

## 18 Lieblingsrezepte der Redaktion:

### 30-Minuten-Rezepte

- 18 Pilz-Brokkolipfanne in Austernsauce
- 20 Entrecôte mit Salsa verde und Spargel
- 22 Burgenländische Eiersuppe
- 24 Yogurtlu Eriste: Türkische Nudeln mit Joghurt und Chiliguss

## 26 Die besten Ripperl

### 30 Beilagen: Die heimlichen Grillstars

- 32 Glasierte Miso-Melanzani
- 33 Champignons mit Mangold-Topfenfülle
- 34 Steckerlbrot
- 36 Maissalat mit Pimentos und Feta
- 37 Spitzkraut-Salat mit Curry-Limetten-Mayonnaise
- 38 Spargelpäckchen mit Prosciutto und Taleggio, Süßkartoffeln mit Knoblauch und Bergkäse
- 40 Quetscherdäpfel mit Spinat und Cheddar

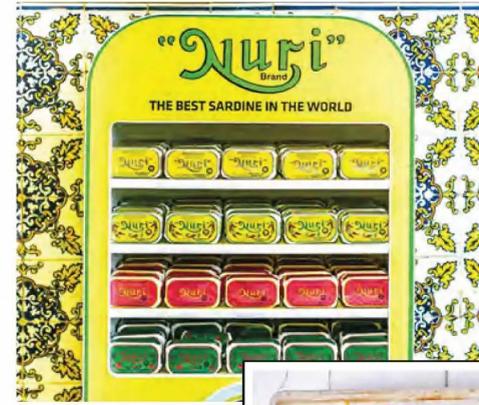


24

44



48



## 42 Topfen. Beeren. Dessert!

- 42 Erdbeer-Topfentorte
- 44 Biskuit-Topfenbecher mit Beeren
- 46 Topfenschmarren mit Heidelbeeren

## 48 Kult aus der Dose: Nuri Sardinen

- 52 Sardinen mit Burrata, Bohnen und Pinienkernen
- 54 Linguini mit Sardinen, Fenchel und Rosinen
- 56 Pao de frigideira mit Sardinen und Salsa
- 58 Vitela Nuri

## 60 Ohne Mehl geht's auch

- 60 Cremiger Topfen-Cheesekuchen ohne Boden
- 62 Beerige Haferflocken-Schoko-Cookies
- 64 Mohn-Puddingkuchen mit Erdbeeren

## 66 Einblicke: Sandra Jedliczka

- 70 Wilder Brokkoli mit Black-Garlic-Aioli und Erdnüssen



40

## 72 Backen wie im Burgenland

Ameisen-Blechkuchen

## 74 Kleine Küchenstars

Wraps mit Tofu-Faschiertem

## 78 Aus Nachbars Küche: „Wir in Bayern“

80 Asia-Backhendl auf Bratkartoffelsalat

82 Spargel im Bierteig mit Sauerrahm

84 Flanksteak mit BBQ-Sauce und Bohnengröstl

86 Sauerkrauttaler mit Salzrettich und Cremepilzen

## Standards

3 Editorial

6 Neu im Juni

12 Urlaubsträume – Gewinnspiel

88 Produkttest: Österreichs beliebteste  
Lebensmittelhändler

89 Sonderstrecke: Living – unser Leben draußen

97 Produkttest: Apfelmus

98 Tischgespräch

# Noch mehr GUSTO

## HOMEPAGE

GUSTO.at

## SOCIAL MEDIA

**Facebook:** @gustomagazin

**Facebook-Gruppe:** Wir sind GUSTO

**Instagram:** @gusto\_magazin

## NEWSLETTER

GUSTO.at/newsletter

# Impressum

**ADRESSE DER REDAKTION:** 1020 Wien, Taborstraße 1–3

**TEL:** (01) 86 331-5301 **E-MAIL:** redaktion@gusto.at

**HERAUSGEBER:** Wolfgang Schlüter

**CHEFREDAKTION:** Mag. Susanne Jelinek

**REDAKTION:** Barbara Knapp (CvD), Mag. Kerstin Grossbauer,  
Mag. Melisa Hadzic

**GRAFIK:** Dominik Roitner (AD), Lubomir Tzolov

**MITARBEITER DIESER AUSGABE:** Charlotte Cerny

**FOTOGRAFEN:** Dieter Brasch, Barbara Ster, Art copyright VBK

**ABO-SERVICE:** TEL: (01) 95 55 100 **E-MAIL:** help@abo.gusto.at

**POSTANSCHRIFT:** GUSTO Abo-Service; 1020 Wien, Taborstraße 1–3

**MEDIENINHABER, VERLEGER, PRODUKTION:** Gusto GmbH & Co KG,  
1020 Wien, Taborstraße 1–3

**VERLAGSORT:** 1020 Wien, Taborstraße 1–3 Verwaltung, T: (01) 86 331-6050

**GESCHÄFTSFÜHRUNG GUSTO GMBH & CO KG:** Dr. Horst Pirker (CEO &  
Vorsitz), Mag. Claudia Gradwohl (CHRO), Mag. Helmut Schoba (CSO)

**GENERALBEVOLLMÄCHTIGTER:** Dietmar Zikulnig

**HEAD OF SALES:** Klaus Edelhofer

**INTERNATIONAL SALES:** Mag. Neslihan Bilgin-Kara

**ANZEIGENVERRECHNUNG:** Sabina Pfeiffer (Teamleitung Print),  
Martina Dizili (Teamleitung Online) Derzeit gilt Anzeigenpreisliste 2023

**CONTROLLING:** Nikola Stefanelli

**PRODUKTION:** Günter Tschernitz (Ltg.), Sibylle Bauer

**ANZEIGENPRODUKTION:** Günter Tschernitz (Ltg.)

**VERTRIEB:** Michael Pirsch (Ltg.), Cornelia Wolf (EV)

**HERSTELLER:** Walstead Leykam Druck GmbH & CO KG, 7201 Neudörfel,  
Bickfordstraße 21

**VERTRIEB:** Presse Großvertrieb Austria Trunk GmbH, St. Leonharder Straße  
10, 5081 Anif, www.pgvaustria.at

**GUSTO-ABO:** € 74,40 (inkl. MwSt.) Alle Rechte, auch die Übernahme von  
Beiträgen nach §44 Abs. 1 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten. Der Offen-  
legungstext gem. § 25 MedG ist unter [gusto.at/offenlegung](http://gusto.at/offenlegung) abrufbar.

Wir stellen Ihnen tolle Hotels, innovative Winzer, neue Bücher, interessante Lokale und andere Neuigkeiten vor. Es gibt viel Spannendes zu entdecken und zu gewinnen!

# Deshalb lieben wir den Juni

## Staff Food für alle

### POP-UP VON STERNEKOCH PAUL IVIC

**Kässpätzle, Risotto oder auch köstliche Lasagne: Im neuen Pop-up von Paul Ivic können die Gäste bis Ende Juni jene Speisen entdecken, die das Tian-Team vor dem Abendservice genießt.** Der Name ist dabei Programm: „Staff Food“ bedeutet übersetzt Mitarbeiteressen. Was in vielen Firmen vielleicht nur mittelpflichtig sein mag, ist bei Tian ein Highlight: Dort isst das Team nicht nur gemeinsam, das Essen wird auch von der Mannschaft selbst zubereitet. Und das mit den gleichen hochwertigen Zutaten, mit denen auch für die Gäste gekocht wird. „Das ist eine Frage des Respekts und der Wertschätzung. Und so können die Mitarbeiter Verständnis und Begeisterung für Qualität entwickeln,“ erzählt uns Ivic. Stammgäste werden dabei das eine oder andere Gericht mit Freude wiederentdecken. Neben laufend wechselnden Speisen sind zwei Klassiker

nämlich fix auf der Karte vertreten: der Tian-Burger, den es bisher nur als Take-away im Lockdown und zu Special Events gab, und das berühmte Tian-Tatar, Signature Dish des Tian-Bistros (Bild links unten). Letzteres ist auch unsere GUSTO-Empfehlung: Das sollten Sie nicht verpassen! Wir rätseln übrigens wie viele andere Gäste, was das Tatar wohl so unwiderstehlich macht. Vielleicht finden ja Sie es heraus?

Wir haben mit Paul Ivic über Staff Food und mehr geredet, nachzulesen unter [GUSTO.at/ivic-staff-food](https://www.gusto.at/ivic-staff-food)



#### TIAN STAFF FOOD

1010 Wien, Herrngasse 6–8  
Di. bis Fr., 11:45–19 Uhr  
[www.tian-restaurant.com](http://www.tian-restaurant.com)

Paul Ivic (rechts) mit Tian-Executive-Head-Chef Florian Burtscher



# Warum sparsames Gießen besser ist

UPDATE VON MELISAS ACKER

Mai und Juni gehören zu den Lieblingsmonaten unserer Redakteurin Melisa Hadzic. Warum? Nun kann sie auf ihrem Acker in Wien-Simmering Jungpflanzen setzen, Samen aussäen, erste Schädlinge bekämpfen und Vorarbeiten leisten, die später (hoffentlich) zu viel Ertrag führen. In dieser Phase ist es wichtig, die Pflanzen gut vorzubereiten: nicht zu viel gießen, öfter Erde auflockern und viel Unkraut jäten. Vielleicht wundern Sie sich, dass Melisa ihren Pflanzen das Wasser verwehrt. Einerseits hat sie dabei die globale Wasserknappheit im Fokus, andererseits versucht Melisa so, ihr Gemüse auf einen heißen Sommer vorzubereiten. Gießt man jetzt zu oft, verbreiten sich die Wurzeln nämlich oberflächlich und die Pflanze ist auf ständige Wassergabe angewiesen. Gewöhnt man sie jedoch von Anfang an daran, dass sie nur ein bis zwei Mal pro Woche gegossen werden, bilden sich tiefe Wurzeln, die Pflanzen werden stabiler, resistenter und unabhängiger. Diese Methode hat sich sehr gut bewährt und ist zu Melisas Markenzeichen unter ihren Ackerkollegen geworden. **Möchten Sie mehr erfahren? Weitere persönliche Tipps und Wissenswertes zum Thema Gartengemüse und Eigenanbau erfahren Sie in Melisas Online-Themenschwerpunkt.**



Um zu den Artikeln zu gelangen, scannen Sie einfach den QR-Code und folgen Sie dem Link.

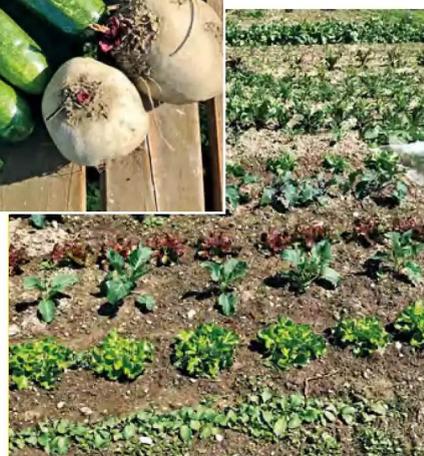


Foto: Drehwerk

kühberger & haas

## Tavolata

KULINARIKFESTIVAL IN SPANNENDEN POP-UP-LOCATIONS

Genussvolle Erlebnisse an ungewöhnlichen Orten – so das Motto von Tavolata in Steyr und der Nationalpark-Region. Die Protagonisten sind Spitzenköche, Wirte, Bauern und Manufakturen der Region sowie der Gastronomie-Nachwuchs. **Los geht's am 7. Juni um 18:30 mit Tavolata Take Off** im Designstudio von Kühberger & Haas im alten Dampfkraftwerk im Wehrgraben. Dort laden die Kochkünstler Lukas Kapeller, Klemens Schraml und Max Rahofer zu einem fulminanten Abend mit Flying-Dinner. Am 9. Juni kochen in dieser Location Andreas Priestner, Michael Schlöglhofer und Lukas Kapeller ein 6-Gang-Menü – kultige Wirtshauskuchl im spannenden Gegensatz zwischen Tradition und Innovation. Beim Event „Rahofer & Rahofer“ am 10. Juni präsentieren sich Max Rahofer und seine Cousine Marie in perfektem Einklang mit Kreativität, Tradition und Qualitätsbewusstsein. Das historische Dampfkraftwerk ist der perfekte Rahmen für einen Abend mit sechs Gängen und Top-Weinbegleitung. Am 16. und 17. Juni organisiert Max Rahofer auf der Dachterrasse des Hartlauer-Hauses „Über den Dächern von Steyr“, ein Fest der etwas anderen Art mit gutem Wein, fancy Cocktails und raffinierten kleinen Gerichten in Form eines Flying-Bufferfs. Livemusik sorgt für tolle Stimmung in luftiger Höhe.

### TAVOLATA

7. bis 18. Juni 2023

Infos und Tickets: [www.tavolata.at](http://www.tavolata.at)

# Authentisch mexikanische Küche

## ZU GAST BEI FRIDA KAHLO

**Frida Kahlo war eine Ikone und exzentrische Künstlerin.** Aber auch eine großzügige Gastgeberin, sie liebte die mexikanische Küche. In ihrem Haus wurden hauptsächlich präkolumbianische und volkstümliche Gerichte zubereitet: Pozole, Tamales, Mole und Tlacoyo. Die renommierte Köchin Gabriela Castellanos, die wie Kahlo in Oaxaca



### Zu Gast bei Frida Kahlo

Gabriela Castellanos

Becker Joest Volk Verlag, € 32,90

aufgewachsen ist, ist den Rezepten der Künstlerin auf den Grund gegangen. Entstanden ist ein großartiges Werk mit Basisrezepten, Streetfood, Klassikern, Salaten, Desserts und Cocktails. Zudem erfährt man viel über die echte mexikanische Küche, Zutaten und Bräuche sowie Interessantes aus Fridas Leben.

# Lagunengröße

## GENIESSEN IN VENEDIG

Wie schmeckt es eigentlich in Venedig? Eine Frage, mit der man bei Wolfgang Salomon vorsichtig sein muss – oder viel Zeit mitbringen sollte. Der Venedig-Aficionado kennt La Serenissima („Die Durchlauchtigste“, wie man Venedig auch nennt) nämlich wie seine Westentasche. Ein Jahr lang kostete er sich durch alle Sestieri der Stadt, erkundete jeden kulinarischen Geheimtipp von der nördlichen Spitze des Lidos bis zum südlichsten Zipfel Pellestrinas. Herausgekommen ist sein neuer Venedig-Genussguide, der so



viel Gusto und Reiselust macht, dass man in den nächsten Zug springen und sich durch Venedig kosten möchte. Im Buch erwarten Sie 200 handverlesene Insider-Tipps von den schönsten Plätzen, um auf den Sonnenuntergang anzustoßen, bis zu stillen Rückzugsorten. Große Empfehlung!

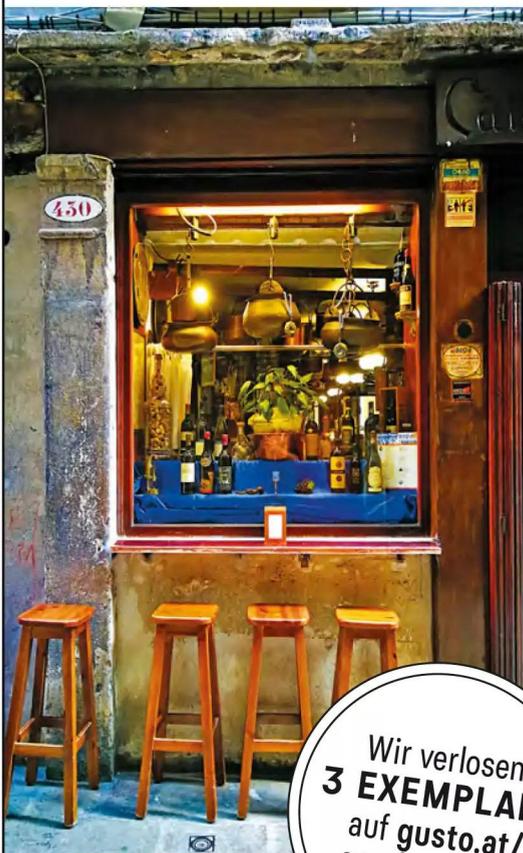


Foto: Wolfgang Salomon

Wir verlosen  
**3 EXEMPLARE**  
auf [gusto.at/gewinnspiele](http://gusto.at/gewinnspiele)

### Genießen in Venedig

Wolfgang Salomon

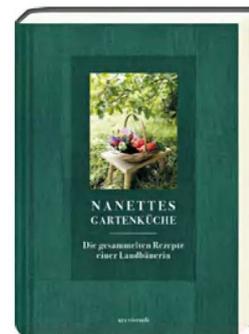
Styria Verlag, € 29,-

# Nanettes Gartenküche

## REZEPTE EINER LANDBÄUERIN

**Nanette Herz war Bäuerin, Hauswirtschaftsmeisterin und leidenschaftliche Gärtnerin.**

Dieses Buch entführt in ihren großartigen Garten und nimmt die Leserinnen und Leser mit auf eine Reise durch das bäuerliche Gartenjahr. Es widmet jeder Jahreszeit ein Kapitel, ein zusätzliches beschäftigt sich ausführlich mit Vorratshaltung. Neben 90 traditionellen Rezepten mit saisonalem Obst und Gemüse gibt's



### Nanettes Gartenküche

Die gesammelten Werke einer Landbäuerin

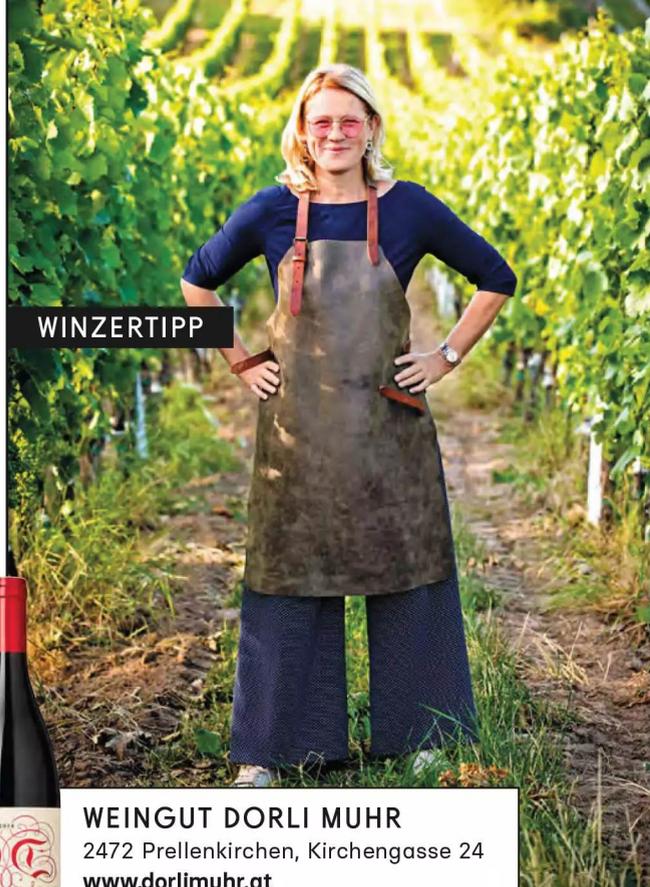
Ars Vivendi Verlag, € 28,90

viele Tipps rund ums Gärtnern, Pflanzenportraits, überlieferte Bauernregeln, nette Anekdoten und großartige Bilder aus dem Fotoalbum der Familie Herz.

# Weine sind ein wahres Event

**Winzerin, Agenturchefin, Unternehmerin, Exporteurin.** Dorli Muhrs Welt ist genauso facettenreich wie die hochprämierten Weine, die sie (inspiriert von ihrer Urgroßmutter, die in Prellenkirchen auf 0,17 Hektar mit dem Weinbau begann) produziert und die aktuell auf besonders großes Interesse am skandinavischen Markt stoßen. Vom Eventmarketingboard Austria wurde sie 2022 in die Hall of Fame aufgenommen: eine Folge der zahlreichen Events, mit denen sie und ihre Agentur Wine+Partners nationale und internationale Weingüter bekannt machen. Vom „East West Wine Summit“ 1992, dem ersten Großevent des Österreichischen Weines, bis zum Gipfeltreffen internationaler Experten wie dem „Single Vineyard Summit“ im Schloss Grafenegg zeigt sich ihr gutes Händchen für Weine und Kommunikation. Lange Zeit fungierte sie dabei als One-Woman-Show, mittlerweile arbeitet sie mit 20 Genusexpertinnen, und somit bewusst mit einem Team, das Frauen fördert.

Für den kommenden Sommer empfiehlt Muhr übrigens ihren Zweigelt Nouveau. „Man trinkt ihn kalt und in großen Schlucken“, sagt sie über den Rotwein, der auf der vor Kurzem stattgefundenen Tour de Vin der Bestseller war. „Er ist leicht, prickelt und taugt Einsteigern sowie Experten.“



WINZERTIPP



**WEINGUT DORLI MUHR**

2472 Prellenkirchen, Kirchengasse 24  
[www.dorlimuhr.at](http://www.dorlimuhr.at)

Foto: Anna Stöcher



ÖSTERREICH WEIN  
Große Kunst. Ohne Effizienz.

## DREAMTEAM GEMÜSE & WEIN

Der Frühling ist da, und unsere Tische sind überhäuft mit grünen Köstlichkeiten von Feld und Wiese. Die vielfältigen Weine aus Niederösterreich sind spannende Partner der frischen Gemüseküche. Hier ist für jeden Geschmack und jedes Gemüse etwas dabei!

### FARBE INS SPIEL BRINGEN

Je nach Gemüse und Zubereitung darf die Weinbegleitung mal weiß, mal rot ausfallen. Für Spargel und Co erweisen sich vor allem Weißweine mit feiner Säure als perfekte Speisenbegleiter. Steht ein frischer Salat oder ein zart gegartes Gemüsegericht auf dem Tisch, empfiehlt es sich, zu einem frischen, jugendlichen Wein zu greifen. Der Allrounder Grüner Veltliner aus dem Weinviertel oder dem Traisental trinkt sich hervorragend zu grünen, knackigen Aromen. Auch Weine mit feinwürziger Aromatik sind hier gefragt – etwa Roter Veltliner vom Wagram. Bittere Gemüse wie Radicchio oder Chicorée vertragen kräftigere Weißweine mit Extrakt- oder Restsüße, wie die Spezialität Rotgipfler aus der Thermenregion oder einen gereiften Riesling aus der Wachau oder dem Kremstal.

Klassisch ausgebaute Rotweine lassen sich leicht gekühlt zu Eintöpfen mit Hülsenfrüchten, Pilzen und deftigen Kräutersaucen genießen. Ein fruchtiger Zweigelt aus Carnuntum ist etwa auch ein hervorragender Partner zu den leichten Röstaromen von gegrilltem Gemüse.

### PRICKELNDER GENUSS

Sekt aus Niederösterreich, etwa aus dem Kamptal, passt zu fast allen Gemüsegerichten. Die Kohlensäure wirkt als Aromaverstärker und hebt feine Geschmacksnoten besonders gut hervor. Einige Gemüsesorten verlangen nach betont trocken ausgebauten Schaumweinen, andere schmecken hervorragend mit einem erfrischenden Pet Nat oder Rosé-Sekt.

VON LESERN  
GEKOCHT UND  
FOTOGRAFIERT



# Nachgekocht

Der Topfengitterkuchen aus unserem April-Heft hat sich zum **Star-Rezept** entwickelt. Unzählige Bilder haben uns erreicht, einen Teil davon sehen Sie auf dieser Seite.

Sie haben das April-Heft verpasst? Dann finden Sie das Rezept (plus eine Videoanleitung) nun auch online auf [GUSTO.at/gitterkuchen](https://www.gusto.at/gitterkuchen)



**Sie haben ebenfalls ein GUSTO-Rezept ausprobiert?**

Schicken Sie uns ein Foto davon an [redaktion@gusto.at](mailto:redaktion@gusto.at)! Jedes abgedruckte Bild wird mit einem Dankeschön belohnt.

**Machen Sie mit,**  
und gewinnen Sie  
eines unserer drei  
Genuss-Packages,  
um den Vatertag zu  
etwas ganz Besonderem  
zu machen.



**HIGHLAND  
PARK  
12 JAHRE**

Highland Park stammt aus der nördlichsten Whiskydestillerie der Welt auf den Orkneyinseln. Er fasziniert mit der Verbindung des ausgeprägten Inselcharakters mit allen anderen Elementen eines klassischen Single Malt: Rauchigkeit, Malzigkeit, Geschmeidigkeit, runde, kräftige Aromen sowie einem langen Nachklang. Das perfekte Geschenk zum Vatertag.

[www.highlandparkwhisky.com/de](http://www.highlandparkwhisky.com/de)

Gewinne eine von sechs Flaschen Highland Park 12 Jahre 0,7 l

# GEWINNEN FÜR DEN PAPA

**Jetzt mitmachen & gewinnen, mehr auf [gusto.at/vatertag2023](http://gusto.at/vatertag2023)**

Fotos: beige stellt



**BEREIT  
FÜR DEN  
SOMMER**

Nespresso läutet die warme Jahreszeit ein. Ein Comeback für das beliebte VERTUO System feiern unter anderem die Sorten Freddo Delicato und Freddo Intenso. Die saisonale limitierte Neuheit Cold Brew Style Intense punktet mit kräftiger Textur und süßlichen Karamellnoten. Die VERTUO Pop-Maschine bietet vielfältige Zubereitungsmöglichkeiten und bringt Farbe ins Leben, sodass dem ganz individuellen Kaffeegeschmack nichts mehr im Weg steht. Überzeuge dich selbst!

**Gewinne eine VERTUO Pop Kaffeemaschine in Pacific Blue inklusive eines Sommervorrats an Iced-Kaffee-Varietäten!**



**"THE AGE  
OF GEMINI"  
- SINGLE MALT**

Jedes Sternzeichen ist einzigartig, so auch der Zwilling – der brandneue "The Age of Gemini" von Seven Seals greift die Eigenschaften des Zwillinggeborenen auf und überzeugt mit einer ausgewogenen Süße und rauchigen Holzigkeit. Der Gaumen offenbart unter anderem eine hohe Geschmacksintensität von gerösteten Mandeln, Zimt und überreifen Früchten. Der Nachklang ist trocken und lang anhaltend, ausgewählte Aromen runden das Geschmackserlebnis ab.

[www.7sealsinnovation.com](http://www.7sealsinnovation.com)

Gewinne einen von zwei "The Age of Gemini"- Single Malts!

# Urlaubsträume werden wahr!

## GEWINNSPIEL-SPECIAL

Diesmal verlosen wir zwei tolle Packages in wunderschönen Hotels.

Die Vereinigung **Romantik Hotels & Restaurants** setzt innovative Akzente – moderner Esprit in Häusern mit Seele, die Nachhaltigkeit leben, weil die Gastgeber in Generationen denken. Tradition und Geschichte zeichnet die familiär geführten Hotels aus. [www.romantikhoteles.com](http://www.romantikhoteles.com) Außergewöhnliche Küche, spannende Weine, familiäre Atmosphäre ist das Markenzeichen der **Genießerhotels & -restaurants**. Jedes ein kulinarisches Kleinod für sich, einige mit umfassender Sport- und Wellness-Infrastruktur, andere fokussiert auf ihr Gourmetrestaurant. [www.geniesserhotels.com](http://www.geniesserhotels.com)

**WIR  
VERLOSEN**

2 Nächtigungen für  
2 Personen im DZ  
samt Halbpension

[GUSTO.at/  
gewinnspiele](http://GUSTO.at/gewinnspiele)



Fotos: Gert Parauer

## Romantik SPA Hotel Seefischer

Das Hideaway von Familie Berndl liegt traumhaft in einer ruhigen Bucht am Millstätter See und vereint alles, was man sich im Urlaub wünscht: zauberhafte Rückzugsorte, herzliche Gastfreundschaft und eine ausgezeichnete Küche. Ein Highlight ist der private Badestrand mit großzügiger Liegewiese, Seesauna und Rosengarten, in dem mehr als 100 Rosenstöcke liebevoll gepflegt werden. Im SPA-Haus hat man durch die großzügigen, rund angeordneten Glasfronten auf zwei Ebenen das Gefühl, man sei von Wasser umgeben. Die Ruheräume „Indoor Strand“ und „Hafen der Ruhe“ sind perfekt, um zu zweit den Sonnenuntergang

zu beobachten. In den „Rosen-Suiten“ im SPA-Salon ist während einer Massage der Alltag schnell vergessen. Alle Zimmer und Suiten sind geschmackvoll eingerichtet – Eichenholzböden, weiße Stilmöbel und bequeme Boxspringbetten. Das von Gault Millau vielfach ausgezeichnete und neu gestaltete Restaurant mit Weinbibliothek bietet eine stimmungsvolle Bühne für die Kreationen von Küchenchef Jürgen Moldaschl. Von dieser hat man einen wunderbaren Blick über den See und auf den hauseigenen kleinen Yachthafen, wo man auch Boote fürs Picknick am See mieten kann.

### ROMANTIK SPA HOTEL SEEFISCHER

Elisabeth und Michael Berndl  
9873 Döbriach, Fischerweg 1  
[www.seefischer.at](http://www.seefischer.at)



Fotos: Paul Dahan

**WIR  
VERLOSEN**  
2 Nächtigungen für  
2 Personen im DZ  
samt Halbpension  
**GUSTO.at/  
gewinnspiele**

# Genießerhotel Salzburgerhof

Das 5-Sterne-Superior Hotel Salzburgerhof zählt zu den besten Spa-Adressen Österreichs.

Gastgeberin Gisela Holleis blieb stets ihrem ganz persönlichen Stil treu: gelebte Herzlichkeit, authentische Heimatverbundenheit und das ständige Streben nach höchster Qualität. Nur einen Sprung entfernt liegt der glasklare Zeller See, umrahmt von der schicken Zeller Altstadt und dem Hausberg Schmittenhöhe. Im Sommer locken Wassertemperaturen von etwa 23 Grad, Hotelgäste genießen den Luxus einer privaten Badewiese direkt am See. Den besten Blick hat man vom Feng-Shui-Garten oder dem Whirlpool auf der Dachterrasse. Einzigartig ist das 3.500 Quadratmeter große Wellness-Schlössl mit Pool- und Saunalandschaft, das Highlight ist der Sole Dome. Die Zimmer und Suiten im Salzburgerhof sind luxuriös und gediegen. Die exzellente Kulinarik ist legendär:

## SALZBURGERHOF

5\*S Genießer-, Golf- & Wellnesshotel  
5700 Zell am See  
Auerspergstraße 11  
[www.salzburgerhof.at](http://www.salzburgerhof.at)

Küchenchef Stefan Reiter und sein Team wurden für erlesene Köstlichkeiten vom Amuse Gueule bis zum Dessert mit 3 Hauben belohnt.



# Von der Farm in die Tasse

Über **900 TASSEN KAFFEE** trinken wir jährlich hierzulande pro Person! Über 85 Prozent greifen täglich zum Häferl. Grund genug also, sich anzusehen, wo unser liebstes Heißgetränk eigentlich herkommt.

## Unabhängig vom Zubereitungssystem

entsteht die größte Auswirkung einer Tasse Kaffee auf die Umwelt schon bei der Bereitstellung des Rohkaffees, also vom Anbau des Grünkaffees bis zum Transport in die Produktionszentren. Da jede Nespresso-Kapsel exakt die Menge Kaffee enthält, die für die Zubereitung einer Tasse gebraucht wird, ist ressourcenschonender Kaffeegenuss garantiert.

**A**ls Ursprungsland der Coffea-arabica-Bohne gilt das äthiopische Hochland. Hier erwähnte man Kaffee bereits im neunten Jahrhundert. Von Afrika gelangten die Pflanze und das Wissen um ihre anregende Wirkung nach Arabien, wo im 14. Jahrhundert in der Hafenstadt Mokka die ersten Kaffeepflanzungen entstanden. Über Ägypten gelangte die Bohne auch ins Osmanische Reich, von wo aus sie ihren Siegeszug Richtung Europa antrat. Heute baut man Kaffee in vielen Teilen der Welt an.

Um gedeihen zu können, braucht die Pflanze Temperaturen zwischen 13 und 30 Grad sowie lockere, wasserdurchlässige und nährstoffreiche Böden. Die idealen Bedingungen herrschen im sogenannten „Kaffeegürtel“ der Tropen. Dieser liegt entlang des Äquators. Die größten Kaffeeproduzenten der Welt sind Brasilien, Vietnam, Indonesien, Kolumbien, Äthiopien und Peru.

## Vom Strauch aufs Schiff

Sind die Kaffeekirschen reif, ist es Zeit für die Ernte. Sie erfolgt entweder händisch oder mittels Erntemaschinen. Bei ersterem Verfahren, dem „Picking“, pflücken die Erntenden nur reife Kaffeekirschen. Bei der letztgenannten Methode, dem „Stripping“, werden alle Früchte vom Ast gestreift. Hier erfolgt im Nachgang die händische Auslese der reifsten Kaffeekirschen. Bei Nespresso setzt man zum größten Teil auf händisches Pflücken. Das dauert zwar länger und ist teurer, allerdings erhält man so auch die höchste Qualität. Nach der Ernte erfolgt die Trocknung. Bevor sich die Bohnen über den Seeweg auf nach Europa machen, erfolgt im Ursprungsland noch eine Qualitätskontrolle.

Um gleichbleibend hohe Standards und den Fortbestand des Kaffeeanbaus zu sichern, hat Nespresso bereits im Jahr 2003 das Nespresso AAA Sustainable Quality™





Agronomin  
Ana María  
Gil Duran  
aus Kolumbien.

**Österreichweit** gibt es mehr als 2.000 Sammelstellen, bei denen gebrauchte Kapseln zurückgegeben werden können. Diese werden dem Nespresso-Recycling-System zugeführt. Aus Kaffeesatz wird Biogas, die Aluminiumkapseln werden zu 100 Prozent in die Aluminiumproduktion zurückgeführt.



Program ins Leben gerufen. Über 140.000 Kaffeebauern:innen aus 18 Ländern haben sich ihm angeschlossen. Ziel ist es, die Anbaumethoden und Lebensbedingungen vor Ort nachhaltig zu verbessern. Dafür bezahlt das Unternehmen faire Preise und setzt auf langfristige Geschäftsbeziehungen. Nespresso unterstützt die Farmen dabei, auf regenerative Landwirtschaft umzustellen, um die biologische Vielfalt und die natürlichen Ressourcen langfristig zu erhalten.

### Kaffee als Chance

Ein weiterer Aspekt des Nespresso AAA Sustainable Quality Programs zielt auf die Gleichstellung der Geschlechter in der Kaffeewirtschaft um. Denn auch in der Kaffeeproduktion spielen Frauen eine wesentliche Rolle. Sie haben aber nach wie vor erschwerten Zugang zu notwendigen Ressourcen wie Land, Bildung, Kredite und Information. Direkt vor Ort kümmern sich Agronom:innen um die Farmen und Farmer:innen sowie um die Förderung und Gleichstellung von Frauen in der Kaffeewirtschaft. Sie sind Agrarwissenschaftler:innen mit unglaublich großer Expertise, die empathisch in Form von Schulungen, technischer Beratung und Betriebsbesuchen Unterstützung leisten.

Eine der Agronom:innen ist Ana María Gil Duran aus Kolumbien. Der Kern ihrer Aufgabe ist der technische Teil des Kaffeeanbaus, aber auch die soziale Komponente spielt eine wichtige Rolle. Ana Marias größter Ansporn ist es, mit ihrem Wissen einen wesentlichen Teil dazu beitragen zu können, die Anbaumethoden und Lebensbedingungen der Kaffeegemeinschaften vor Ort nachhaltig zu verbessern. Damit möchte sie auch anderen Frauen helfen und ihnen Mut und Selbstvertrauen schenken.

### Vom Schiff in die Tasse

Die ungerösteten Bohnen finden ihre Veredelung in der Schweiz. Seit der Gründung 1986 werden alle weltweit verkauften Nespresso-Kaffee kapseln bei unseren Nachbarn hergestellt. Hier erfolgen Röstung, Mahlen sowie das Verpacken des Kaffees. Alle Schritte sind entscheidend für das Aroma des Endprodukts. Denn Kaffee entwickelt erst bei der Röstung sein komplettes Aromapotenzial. Alchemisten gleich suchen die Expert:innen vor Ort nach der perfekten Mischung, der idealen Dauer und Temperatur sowie des optimalen Mahlgrads, um aus der einst roten Kaffeekirsche und dann grünen Bohne letztlich das beliebte Heißgetränk zu machen. <<



Fotos: Nespresso

Jedes Monat stellen wir Ihnen ein besonderes Rezept vor, das Ihre Gäste zum Staunen und Schwärmen bringt. Gut vorzubereiten, ein Hingucker und unheimlich köstlich: eben WOW.

**REZEPT:** Susanne Jelinek **FOTOS:** Dieter Brasch

Unsere Zupfblume ist ein wahres Eye Candy und macht jeden Tisch hübscher. Ob zum Grillen, zum Apéro oder als dekorativer Snack: Von Ihren Gästen kommt garantiert gleich zwei Mal ein WOW. Beim ersten Blick und beim ersten Bissen!

#### ZUTATEN FÜR 1 STÜCK

**ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

**ZUM GEHENLASSEN:** 45 Minuten

#### TEIG

250 g Mehl  
1 TL Backpulver  
1 Prise Salz  
1 TL Zucker  
1 TL Trockengerm  
160 ml warmes  
Wasser  
1 EL Butter

#### FÜLLE

½ Bund Jungzwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
50 g Speck  
5 getrocknete, eingelegte Paradeiser  
1 EL Öl (z.B. von den eingelegten Paradeisern)  
1 EL heller Sesam

---

*Salz, Mehl, Butter oder Ei*

## Der WOW Faktor

#### TIPPS:

Die Zupfblume lässt sich wunderbar vorbereiten. Einfach fertig backen, wenn die Gäste da sind, oder zuvor backen und kalt servieren.

**Wichtig:** Die Fülle bis zum Rand verteilen, damit man bei jedem Stück genug davon abbekommt.

Die Fülle lässt sich übrigens nach Lust und Laune variieren: Oliven, Kräuter, Käse oder Bratenreste – was auch immer sich im Kühlschrank tummelt, kann darin aufgebraucht werden. Sie haben vegan lebende Gäste? Einfach vegane Butter verwenden, nur mit Gemüse füllen und mit Wasser bestreichen.



Sehen Sie, wie die Zupfblume gelingt!

- 1 Alle trockenen Zutaten für den Teig mischen. Warmes Wasser zugeben und mit dem Knethaken der Küchenmaschine bearbeiten, bis sich die Zutaten zu einem lockeren Teig verbunden haben. Butter zugeben und nochmals mit dem Knethaken unterrühren. Die Konsistenz ist richtig, wenn sich der Teig nicht mehr klebrig anfühlt. Abdecken und gehen lassen, bis sich der Teig etwa verdoppelt hat (ca. 30 bis 45 Minuten).
- 2 In der Zwischenzeit Jungzwiebeln in Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und pressen. Speck und Paradeiser klein schneiden.
- 3 Öl erhitzen, Jungzwiebeln und Knoblauch darin 2 Minuten anbraten. Mit wenig Salz würzen.
- 4 Teig nochmals zusammenschlagen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche vierteln und jedes Viertel rund und dünn ausrollen (Ø ca. 30 cm).
- 5 Backrohr auf 190 °C Ober-/Unterhitze aufheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
- 6 Den ersten Kreis bis zum Rand mit der Jungzwiebelmischung belegen, 2 EL für das Topping aufheben. Mit dem zweiten Teigkreis bedecken. Darauf den Speck großflächig verteilen, mit dem dritten Kreis abdecken. Mit den Paradeiserstücken komplett belegen und den letzten Teigkreis darauf platzieren.
- 7 Eine kleine Schale mittig platzieren, vom Rand bis zur Schale 16 Streifen einschneiden. Jeweils 2 nebeneinander gelegene Streifen in die Hände nehmen. Linken Streifen eineinhalb Mal nach links drehen, rechten Streifen eineinhalb Mal nach rechts. Die Enden fest aneinander drücken. Mit den restlichen 14 Streifen ebenso verfahren.
- 8 Schale entfernen und auf der Mitte die restlichen Jungzwiebeln platzieren. Teig mit etwas flüssiger Butter oder verquirltem Ei bestreichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten backen.
- 9 Leicht auskühlen lassen und mit Sesam bestreuen.



Zupfblume mit Speck

# 30-Minuten-Rezepte

Die GUSTO-Redakteure teilen persönliche Lieblingsrezepte, die sie privat immer wieder zubereiten – angerichtet auf dem Geschirr, das sie auch zu Hause verwenden.

**REZEPTE:** Susanne Jelinek, Kerstin Grossbauer, Wolfgang Schlüter, Melisa Hadzic **FOTOS:** Dieter Brasch

*Perfekt für alle,  
die weniger Fleisch  
essen wollen*



„Was, da ist gar kein Fleisch drinnen?“ Sie können sich gar nicht vorstellen, wie oft ich das bei dieser Pfanne schon gefragt wurde! Die in Streifen gerissenen Pilze erinnern optisch und in Sachen Konsistenz an Pulled Beef, die Sauce sorgt für Umami. Wer noch mehr Fleischfeeling möchte, erhöht einfach den Pilzanteil.

— Susanne

#### 4 PORTIONEN

240 g weißer Reis  
(*Jasmin-, Basmati- oder Rundkornreis*)

1 Brokkoli

2 rote Zwiebeln

3 Knoblauchzehen

400 g Austernpilze  
(*alternativ Kräuterseitlinge*)

2 EL Pflanzenöl

100 ml Wasser

100 g Mungosprossen

2 EL Sesam (*hell oder dunkel*)

#### SAUCE

120 ml Austernsauce (*dickcremig*)

1 EL brauner Zucker

(*alternativ Kristallzucker*)

1 EL Reissessig

1 EL Sesamöl

**1** Reis laut Packungsanleitung zubereiten.

**2** Brokkoli in kleine Röschen teilen. Eventuelle holzige Stellen am Stamm wegschneiden. Stamm in schmale Stifte schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln in Spalten, den Knoblauch klein schneiden. Die Pilze mit den Händen in Streifen reißen, sodass sie optisch Pulled Beef ähneln.

**3** Für die Sauce alle Zutaten verrühren.

**4** Wok oder beschichtete Pfanne stark erhitzen, Öl zugeben und die Pilze darin braten, bis sie intensiv gebräunt und leicht knusprig sind. Aus der Pfanne nehmen. Brokkoli, Zwiebeln und Knoblauch zugeben, 2 Minuten unter Rühren kräftig anbraten, mit Wasser ablöschen. Sobald das Wasser verdampft ist (der Brokkoli sollte noch knackig und kräftig grün sein), Sauce, Sprossen und Pilze unterrühren.

**5** Mit Reis anrichten und mit Sesam bestreuen.

#### TIPPS

→ Lieber Nudeln statt Reis? Udon-, Eier- und Reissnudeln schmecken köstlich dazu!

→ Augen auf bei der Austernsauce: Ich verwende die klassische dickcremige Austernsauce; nicht zu verwechseln mit der sehr flüssigen Austern-Fischsauce, die im Handel oft erhältlich und viel zu intensiv für dieses Gericht ist.

→ Für eine vegetarische Variante auf eine Veggie-Austernsauce aus Shiitake setzen.



**WEINTIPP** 

Nicht nur als Aperitif ein Hit:  
Herkunfts geschützter Sekt  
Austria als Reserve oder  
Große Reserve brilliert zu  
diesem Gericht.

*Pilz-Brokkolipfanne  
in Austernsauce*



# Entrecôte mit Salsa verde und Spargel

*Diese Salsa  
ist meine  
Allrounderin*



Sie passt nicht nur zu gebratenem, sondern auch zu gekochtem Fleisch. Keine Sorge, mit Gemüse harmoniert sie ebenso perfekt. Sollte etwas übrig bleiben, umso besser: Die Salsa lässt sich mit Frischhaltefolie zugedeckt mindestens 2 Tage im Kühlschrank aufbewahren.

— Wolfgang

## 4 PORTIONEN

4 Entrecôte  
4 EL Rapsöl  
500 g grüner Spargel  
400 g Cocktailparadeiser (*Rispe*)

## SALSA VERDE

20 g Schnittlauch  
50 g Petersilie  
50 g Oregano  
2 kleine Knoblauchzehen  
1 EL Kapern  
2 Sardellenfilets (*in Öl eingelegt*)  
2 EL Zitronensaft  
125 ml Rapsöl  
Schale von ½ Bio-Zitrone (*abgerieben*)

*Salz, Pfeffer, grobes Meersalz*

- 1 Fleisch zum Akklimatisieren aus dem Kühlschrank legen. Rohr auf 40 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Spargel im unteren Drittel schälen und die trockenen Enden wegschneiden.
- 2 Für die Salsa Schnittlauch schneiden. Petersilie und Oregano grob hacken. Knoblauch schälen. Knoblauch, Kapern und Sardellen klein schneiden, mit Kräutern, Zitronensaft und Öl vermischen und fein pürieren. Salsa mit Salz, Pfeffer und Zitronenschale würzen.
- 3 Fleisch beidseitig salzen, pfeffern und mit Öl einstreichen. Grillpfanne oder Plattengriller erhitzen und das Fleisch darin beidseitig garen. Herausnehmen und im Rohr warm stellen.
- 4 Im Bratrückstand nacheinander Paradeiser und Spargel garen. Fleisch mit Salsa, Spargel und Paradeisern anrichten und mit Meersalz bestreuen.

## WEINTIPP

Ein kräftiger Grüner Veltliner, wie etwa ein Weinviertel DAC Reserve, begleitet mit eleganter Frucht und Geschmeidigkeit das Gericht.

# Burgenländische Eiersuppe

*Ein Alltagsklassiker aus der Kindheit*



Die Eiersuppe erinnert mich an meine Kindheit. Zumindest einmal in der Woche wurde sie kredenzt, alle haben sie mit Begeisterung ausgelöffelt. Ich habe das Rezept meiner Schwiegermutter übernommen und serviere die Suppe nun meinen eigenen Kindern. Sie macht alle rundum glücklich und satt, ohne Ausnahme.

— Kerstin

#### 4 PORTIONEN

1,5 l klare Gemüsesuppe  
2 Karotten (*gelb und orange*)  
2 EL Tarhonya  
1 Bund Schnittlauch  
2 mittlere Eier  
2 EL griffiges Mehl

*Salz, Pfeffer*

- 1 Gemüsesuppe aufkochen. Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Karotten und Tarhonya in der Suppe bissfest köcheln. Schnittlauch fein schneiden.
- 2 Eier mit Mehl verquirlen, bis eine sämige Masse entsteht. Suppe vom Herd nehmen, Eimasse in dünnem Strahl einfließen lassen und mit einer Gabel in sanfter Bewegung versprudeln.
- 3 Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Schnittlauch garniert anrichten.



**NEU!**



## Personal Points™

- Aktuelle wissenschaftliche Formel
- Punkte dazuverdienen
- Mentale Unterstützung
- Abnehmen schnell & sicher



**Jetzt  
anmelden,  
€ 40 sparen  
& abnehmen!**

**weightwatchers  
Österreich**



[www.weightwatchers.at](http://www.weightwatchers.at)  
Wir geben gerne auch telefonische  
Auskunft: 01/ 532 53 53



# Yogurtlu Eriste – Türkische Nudeln mit Joghurt und Chiliguss

*Diese Nudeln schlagen alles!*



Nudeln ohne Parmesanberg obendrauf? War für mich unvorstellbar! Dieses Gericht hat mich (und meine Familie) bekehrt: Die würzigen Nudeln schmecken schon im Alleingang richtig gut, in Verbindung mit dem cremigen Joghurt (kein fettarmes verwenden!) wird das Gericht perfekt. Und wie in der türkischen Küche üblich, ist der feurige Chiliguss das Tüpfelchen auf dem i. Dieses Gericht kommt bei uns nicht ohne Grund seit Jahren immer wieder auf den Tisch.

— Melisa

## 4 PORTIONEN

1 EL Pflanzenöl  
350 g Rindsfaschiertes  
1 große Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 TL Paprikapulver (*edelsüß*)  
½ TL Kreuzkümmel (*gemahlen*)  
400 g Polpa (*stückige Paradeiser*)  
500 g Fusilli  
2 EL Petersilie (*gehackt*)  
500 g Joghurt (*3,6 % Fett oder mehr*)

## CHILIGUSS

50 g Butter  
1 TL Pul Biber (*oder Chiliflocken*)  
1 TL Paprikapulver (*edelsüß*)

—  
Salz

- 1 In einer Pfanne Öl erhitzen, Faschiertes zugeben und bei starker Hitze anbraten, sodass Röststellen entstehen. Währenddessen Zwiebel schälen und fein würfeln. Hitze etwas reduzieren, Zwiebel zugeben und glasig mitbraten. Knoblauch schälen und fein hacken, ebenfalls zugeben und kurz mitbraten.
- 2 Fleisch-Zwiebel-Mischung mit Paprikapulver, Kreuzkümmel und Salz würzen. Paradeiserstücke zugeben. Etwas Wasser im Polpa-Gefäß schwenken und in die Pfanne gießen. Sauce einkochen lassen, dabei immer wieder umrühren, gegebenenfalls salzen.
- 3 Fusilli in Salzwasser al dente kochen. Eine kleine Tasse Nudelwasser beim Abgießen auffangen.
- 4 Für den Chiliguss Butter in einem kleinen Topf zerlassen, Pul Biber zugeben und kurz anbraten. Paprika zugeben, unterrühren und sofort vom Herd nehmen.
- 5 Petersilie, Fusilli und eventuell etwas Nudelwasser unter die Sauce rühren.
- 6 Nudeln anrichten, mit Joghurt übergießen und mit dem Chiliguss beträufeln.

## TIPPS

→ Beim Chiliguss darauf achten, dass das Paprikapulver nicht anbrennt. Erst zum Schluss unterrühren und den Topf sofort vom Herd nehmen.

→ Statt Rindsfaschiertem kann auch Lammfaschiertes verwendet werden.

## WEINTIPP ☺

Autochthone, vollmundige Weine wie Roter Veltliner, Rotgipfler und Zierfandler aus Niederösterreich sind eine gute Wahl.

GEGRILLT & AUS DEM ROHR

*DIE*

*BESTEN*



# RIPPERL

Rippchen werden das ganze Jahr über gegessen, in der sommerlichen Grillzeit kommen sie aber besonders gerne und oft auf den Tisch. GUSTO verrät, wie Profis sie am liebsten zubereiten und wie sie jedes Mal köstlich werden – oder wie man international sagt: „Finger lickin' good“.

**FOTOS:** iStockphoto.com **TEXT & RECHERCHE:** Susanne Jelinek, Wolfgang Schlüter

## FLEISCHWAHL

Soll man, wenn der Gusto auf Ripperl zuschlägt, einfach ins nächste Lieblingslokal fahren und Spareribs ordern? Eine Option, die Lukas Stagl, Chefkoch und Fleischprofi im Wiener Praterwirt und im Dogenhof, nur in Ausnahmefällen wählt: „In Relation dazu, wie sehr ich Rippchen liebe, bestelle ich sie denkbar selten. Was daran liegt, dass ich sie kaum so bekomme, wie ich sie mir wünsche.“ Eigentlich sind sie zwar leicht gemacht, man müsse aber wissen, wie. Und so oder so gilt: Perfekte Rippchen sind eben für jeden etwas anderes und mit einigen Grundsatzentscheidungen verbunden. Welches Fleisch, welcher Cut? Rub oder Marinade? Vom Grill oder aus dem Backrohr? Mit Glasur oder ohne? Und was sollte man dabei unbedingt beachten?

GUSTOs beliebteste  
Spareribs-Rezepte  
auf einen Blick



**Nahezu automatisch sprechen die meisten bei Rippchen von Schweinefleisch. Von Rind, Kalb oder Lamm gibt es aber ebenfalls köstliche Ripperl-Optionen.** Wie wäre es also einmal mit Beef Short Ribs, die wunderbar fleischig sind? Oder auch mit Lammripperln: ein intensiver Geschmack, der köstlich zu Mediterranem schmeckt.

**Wichtig ist auf jeden Fall die Wahl des Cuts.** Mit Baby Back Ribs (auch Loin Ribs genannt) ist der leicht gekrümmte Rippenbogen von der Wirbelsäule bis zur Mitte des Bauchs gemeint. Der Name beschreibt den Fakt, dass die Rippchen kürzer sind als beim restlichen Rippenteil, der in den St. Louis Cut (womit der Fleischteil gemeint ist, den wir hierzulande klassisch als Spareribs servieren) und Rib Tips (Rippenspitzen) getrennt wird.

**Was spricht nun für welchen Teil?** Baby Back Ribs haben zartes Fleisch, trocknen aber schneller aus und eignen sich deshalb für eine kürzere Garzeit. Die dickeren St. Louis Cut Ribs haben einen höheren Fleischanteil, was seine Zeit braucht, die Rib Tips sind wiederum optimal für die Zubereitung à la American BBQ im Smoker.

# DAS GRÖSSTE NO-GO

Der wohl größte Fehler, den man bei der Zubereitung von Ripperl machen kann: die Silberhaut auf der Knochenseite nicht zu entfernen! „Sie sorgt für ein unangenehmes Gefühl beim Essen“, sagt Stagl. **„Am besten entfernt man die Haut noch vor dem Beizen bzw. Würzen.“** Wie man das macht? Wolfgang Schlüter rät, am Ende der Ripperl ein kleines Messer unter die Haut am Knochen zu schieben und diese (im Idealfall in einem Stück) abzulösen. Trick: Mit einem Stück Küchenrolle hat man beim Abziehen oft besseren Halt, wodurch die Haut weniger leicht reißt.

## DIE WÜRZE DAVOR

**Rubs oder Marinaden: Wie man Ripperl würzt, ist Geschmackssache.** Auf eines pocht Stagl aber mit Vehemenz (und steht damit unter Kochprofis alles andere als alleine da): Auf gar keinen Fall sollten fertig marinierte Fleischteile gekauft werden. „Es ist so einfach, eine gute Marinade selbst zu machen und es braucht auch kaum Zeit.“ Selbiges gilt für Rubs. Aber wann greift man wozu?

**Rubs sind im Prinzip trockene Marinaden, die aus einer Mischung aus zerstoßenen Gewürzen und Zucker bestehen.** Vorzugsweise werden damit größere Fleischteile eingerieben. Die Grundregel besagt: Je größer das Stück, desto gröber dürfen die Gewürze gemahlen sein. Beim Einmassieren wird mit wenig Druck gearbeitet, danach wickeln Sie die Rippchen in Frischhaltefolie ein und lassen sie mehrere Stunden im Kühlschrank ziehen. Kommen die Ripperl auf den Grill, karamellisiert der enthaltene Zucker, wodurch eine köstliche, dunkle Kruste entsteht. Wobei wir gleich beim wichtigsten Punkt sind: Mit einem Rub gewürzte Rippchen sollten nicht bei zu hohen Temperaturen gegart werden, damit die Gewürze nicht verbrennen. Wer seine Rubs mit wenig Flüssigkeit versetzt (etwa Öl oder Zitrusaft), erhält eine Gewürzpaste, auch Wet Rub genannt, die besser am Fleisch haften bleibt als die trockene Variante.

**Wer das Fleisch nicht einreibt, sondern lieber einlegt, greift zu einer Marinade, die im Normalfall aus Öl, Säure, Kräutern und Gewürzen angerührt wird.** Die Säure hat dabei den Auftrag, das Fleisch zart zu machen. Eine Marinade eignet sich genauso für große wie für kleine Stücke, je nach ansteigender Größe nimmt die empfohlene Mindest-Marinierzeit zu. Kleinere Teile sollten im kürzesten Fall vier Stunden ziehen können, größere bis zu 12 Stunden. Besonders wirkungsvoll wird die Marinade, wenn Sie die Rippchen darin einlegen und vakuumverpacken.

# DIE WÜRZE WÄHRENDDESSEN

Während die Ripperl zubereitet werden, kann man sie mit Mops oder einer Glasur bestreichen. **Mops sind besonders dünnflüssige Saucen, die die Rippchen während des Bratens aromatisieren sollen.** Dafür werden sie immer wieder auf das Fleisch gestrichen und wirken somit auch dem Austrocknen entgegen. Mops werden aus Wasser, Essig und weiteren flüssigen Zutaten (etwa Säften oder Whisky) angerührt und danach mit Kräutern und Gewürzen versetzt. Übrigens können Sie Ihre Marinaden leicht in Mops verwandeln: einfach aufkochen und mit etwas Wasser verdünnen.

**Glasuren sind dickflüssiger und haben den Sinn, den Rippchen nicht nur Geschmack zu verleihen, sondern auch eine unwiderstehliche Oberfläche zu verschaffen.** Glasuren beinhalten stets eine süße Komponente (etwa Honig oder Ahornsirup). Die Rippchen werden damit erst in den letzten 30 Minuten immer wieder eingepinselt.

## ROST ODER ROHR?

Geht nicht, gibt's nicht – so scheint es bei der Zubereitung zumindest: **Für den Grill spricht, dass das Raucharoma die Rippchen noch unwiderstehlicher macht, für das Backrohr die unkomplizierte Gelingsicherheit.** Da im Rohr nämlich eine konstante Temperatur herrscht, ist die Gefahr gering, die Rippchen zu intensiv oder zu wenig zu garen. Manche Grillmeister schwören auch darauf, die Rippchen sous-vide zu garen und sie dann zu smoken, um ein besonders zartes Ergebnis zu erhalten. Sogar im Airfryer kann man Rippchen zubereiten!

Wie lange das Fleisch braucht, ist individuell und hängt von dem verwendeten Stück und der gewählten Methode ab. Wie man am besten überprüft, ob die Rippchen fertig sind, verrät uns Lukas Stagl: „Mit der Gabel am Knochen entlang mittig hineinstecken und die Rippchen hochheben. Wenn sie von selbst wieder von der Gabel rutschen, sind sie fertig.“

## SONDERFORM 3-2-1

**In Amerika ist beim Grillen der St. Louis Cut Ribs die 3-2-1-Methode beliebt:** Die Zahlen stehen für drei Phasen und deren jeweilige Dauer. Insgesamt brauchen Rippchen in diesem Fall also sechs Stunden, bis sie fertig sind. Wer Baby Back Ribs verwendet, sollte die Methode auf 2-2-1 abändern. Wie das Ganze funktioniert? In Phase 1 werden die Rippchen drei Stunden lang trocken geräuchert, dann werden sie in der Folie zwei Stunden lang mit Zugabe von Flüssigkeit (etwa Bier) gedämpft, am Ende werden die Rippchen eine Stunde lang mit Glasur oder Mop fertig gegart.

## STILFRAGE: FINGER ODER BESTECK?

Für Lukas Stagl eine ganz klare Sache: Rippchen werden gekiefelt! Deshalb mag er es auch lieber, wenn sie zwar saftig und weich sind, aber auch noch ein bisschen Biss haben.

*„Für Spareribs gilt Ähnliches wie für Burger: Besteck ist fast ein Fauxpas, man isst sie mit den Fingern. Für mich ist es einfach so: Nach dem Ripperessen muss man immer ein wenig versaut ausschauen. Dann war's richtig!“*



## INSPIRATION VON PROFIS

**Yotam Ottolenghi bereitet seine Rippchen gerne im Rohr zu.** Er mariniert sie über Nacht ganz simpel mit Knoblauch, Limettensaft, Olivenöl und Salz. Am Ende des Garprozesses glasiert er die Ribs mit einer Sauce, deren Hauptbestandteile getrocknete Softfeigen, Chili, Knoblauch, Tomatenmark, Ahornsirup und Apfelessig sind. Wichtig: Eine Kräutersalsa darüberträufeln!

**Steven Raichlen, Autor der US-Barbecue-Bibel, setzt beim Grillen und Smoken auf ein Ripperlgestell** („Rib rack“). „Dadurch kann man die Ribs stehend zubereiten und spart Platz am Rost. Netter Nebeneffekt: Das Fett rinnt ab.“

**Der deutsche Koch und Gastronom Frank Rosin liebt paradeisige Rippchen** und legt sie in einen Mix aus gehackten Paradeisern, Apfelsaft, Olivenöl, Sojasauce, Honig, Zucker und Chilipulver ein. Mindestens vier Stunden lässt er das Fleisch darin ziehen, dann kommt es für 70 Minuten auf den Kugelgrill. Beim Wenden wird es mit dem Paradeisermix eingestrichen.

**Die bayerische Köchin Veronika Siflinger-Lutz schwört darauf, ihre Beef Ribs über Nacht bei 80 Grad Ober-/Unterhitze**

**zu schmoren.** Die Rippchen kommen vorm Schlafengehen mit einem Mix aus Bier, Sojasauce und Gewürzen in einen Schmortopf. Nach dem Aufstehen sind sie zart gegart.

**Jamie Olivers Sohn Buddy ist zwar (noch) kein Profi, tritt aber bereits in die Fußstapfen seines Vaters und setzt auf eine Kombi aus Ofen und Grill für klebrig-gute Ripperl.** Er gart sie bei 200 Grad für 30 Minuten in einer Pfanne unter einer Alufoliehaube, übergießt sie mit einer Glasur und lässt sie für weitere 30 Minuten garen. Danach bleiben sie ohne Bedeckung im Ofen, bis das Fleisch weich ist, und röstet sie dann bei mittlerer Hitze für einige Minuten am Grill.

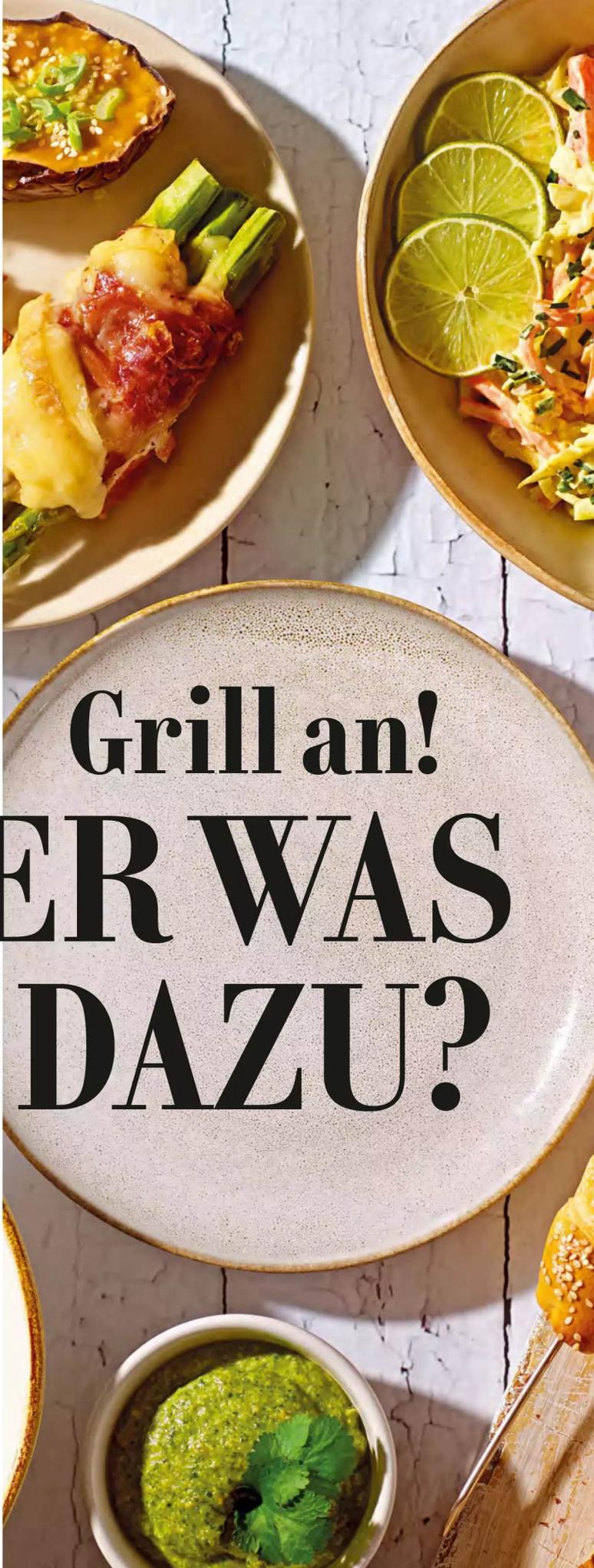
**Lukas Stagl legt seine Rippchen gerne je nach späterer Zubereitungsmethode ein.** Fürs Barbecue setzt er auf eine süße Beize, unter anderem aus Pfeffer, Paprika, Ketchup, Honig und Zucker. Im Rohr liebt er Ripperl auf die mediterrane Art mit einer Marinade aus Olivenöl, Knoblauch, Thymian und Rosmarin. „Im Dogenhof habe ich Ripperl für vier Stunden bei 90 Grad Ober-/Unterhitze im Rohr gegart. Die waren unfassbar saftig und zart.“ Für ein knuspriges Finish kann man die Rippchen dann noch mit der Grillfunktion finalisieren.

Der Grill glüht, darauf brutzeln Ripperl, Spieße, Wüstchen und Halloumi. Was für eine Freude! Stellt sich nur noch die Frage, was wir dazu servieren ... Wir haben 8 Beilagen, die Ihre Grillerei erst richtig köstlich machen!

**REZEPTE:** Wolfgang Schlüter

**FOTOS:** Dieter Brasch

**TEXT:** Susanne Jelinek



# Grill an! ... ABER WAS GIBT'S DAZU?



**E**ine Grillerei ohne gute Beilagen, Saucen & Co. ist nur der halbe Spaß. Mit ihnen können wir dem Ganzen einen besonderen Touch geben (etwa mediterran, levantinisch oder auch deftig) und Abwechslung in die Sache bringen. Genauso schön wie praktisch: Die meisten Beilagen lassen sich gut vorbereiten und können zudem, weil sie einfach zu transportieren sind, von Gästen beige-steuert werden.

Dass diese Extras die geheimen Stars beim Grillen sind, finden übrigens nicht nur wir. Auch viele Köchinnen und Köche sind der Meinung, dass ein spannendes Drumherum dazugehört. **Im Gespräch mit GUSTO haben einige Kochprofis verraten, was bei ihnen nicht fehlen darf.**

Sommerfrische-Expertin und AFBA-Organisatorin **Alexandra Palla** komplettiert ihre Grillerei gerne mit einer bunten Focaccia (beim Belegen tobt sie sich nach Herzenslust aus, zu sehen auf ihrem Instagram-Account @alexandrapalla) und mit Café-de-Paris-Kräuterbutter. „Das ist die Chanel-Tasche unter meinen Grill-Must-haves“, sagt sie. Angerührt wird die Butter mit gedünsteten Schalotten, vielen Kräutern (vor allem Estragon), Curry- und Paprikapulver sowie Senf und Sardellenpaste. Ein Traum! Ein weiteres Highlight: ihre „überfahrenen“ Erdäpfel, die sie gekocht kurz andrückt und knusprig backt (wer jetzt Gusto bekommt, sollte S. 40 nicht verpassen!).

**Sebastian Neuschler** vom Wiener Kult-Würstelstand „Alles Wurscht“ bereitet als Grillbeilage am liebsten Pilze zu. „Ich schneide Austernpilze, Shiitake und braune Champignons relativ grob zusammen, dann packe ich sie mit Knoblauch, wenig Frühlingszwiebeln und Petersilie in Alufolie. Drüber kommen dann ordentlich Sojasauce, Salz

und zwei, drei Tropferl Sesamöl.“ Die Folie wird gut verschlossen am Rost gegrillt.

Für die Kärntner Grillmeisterin **Yulia Haybäck** ist Fleisch alleine ebenfalls nicht ausreichend. Sie setzt auf saisonales Grillgemüse. Jeder kennt Zucchini vom Grill, aber wie wäre es auch mal mit Spargel oder Artischocken? „Ich backe außerdem selbst Brot, es gehört für mich zum Grillen einfach dazu. Aus ein paar Tage alten Brotscheiben kann man dann Grillbrote zaubern.“

Wie sieht es eigentlich mit Süßem beim Grillen aus? Das haben wir Fernsehköchin und Konditorweltmeisterin **Eveline Wild** gefragt. „Mein Mann hat eine Leidenschaft für Crumbles, die er mit indirekter Hitze am Grill zubereitet. Ich kann damit gar nichts anfangen, weil sich für mich das Raucharoma, das es unweigerlich abbekommt, einfach nicht mit Süßem verträgt.“ Für Wild gehören Maiskolben zu einer guten Grillerei dazu, ebenso wie Folienkartoffeln. „Die lieben wir alle. Aus Zeitgründen koche ich sie aber vor und wir grillen sie dann nur noch fertig.“ Das Schlimmste sind für sie Fertigsaucen. „Eine Sauce ist so schnell zusammengemixt, die braucht man doch nicht fertig kaufen. Vor allem hat man dafür ja auch im Normalfall alles daheim. Sauerrahm oder Joghurt, Knoblauch, Kümmel, Kräuter – schon passt das und man hat was Frisches!“

Auch für Starkoch **Alexander Kumptner** sind die Saucen wichtig. „Sie sind das wichtigste Bindeglied zwischen allen Bestandteilen am Tisch. Beim Grillen hat man ja kein in sich geschlossenes Gericht. Deshalb braucht es Saucen, die alles am Gaumen zusammenbringen. Im Idealfall ganz viele selbstgemachte.“ Kumptner findet etwa Chimichurri toll. „Und auch wenn's keine kulinarische Beilage ist: Gutes Wetter ist das wohl wichtigste Extra.“



## WEINTIPPS ZU GEGRILLTEM

### PRICKELNDES ZUM EINSTIEG

Der perfekte Aperitif bei jeder Grillparty ist Sekt aus Österreich! Ein Glas Sekt passt aber auch wunderbar zu Fisch oder Flusskrebse oder als Abschluss zu Desserts vom Grill, wie z. B. einem flüssigen Schokoküchlein mit gegrillten Früchten.

### GEKÜHLTE WEINE – AUCH ROTWEINE!

Leichte Weißweine kühlt man am besten auf eine Trinktemperatur von 6 bis 8 °C. Kräftigere im Holz ausgebaute Weißweine sowie gekühlte „coole“ Rote (z. B. Zweigelt, Sankt Laurent, Blaufränkisch oder Blauer Portugieser) serviert man zu Gegrilltem am besten bei ca. 14 °C. Auch komplexe, schwerere Rotweine sollten nicht über 18 °C serviert werden, sodass sie ihre Finesse ausspielen können.

### ROSE GEHT IMMER

Ein Hingucker im Glas und ein Allround-Genie in der Speisenbegleitung: Roséweine aus Österreich. Als Aperitif, zu Fleisch, Fisch, Grillkäse und Gemüse. Tipp: Rosé vom Blaufränkisch oder Zweigelt. Ein Schilcher-Rosé aus der Weststeiermark überzeugt zu kräftigeren, würzigeren Grillspeisen.

8 STÜCK

**ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

- 4 mittlere Melanzani (je ca. 300 g)
- 4 kleine Knoblauchzehen
- 80 g flüssiger Honig
- 2 EL Dijon-Senf
- 3 EL helle Misopaste
- 1 EL Ingwer (*geraspelt*)
- 3 EL Sojasauce
- 2 EL Apfelessig
- 1 Jungzwiebel (*in Ringe geschnitten*)
- 2 EL heller Sesam

# GLASIERTE MISO-MELANZANI

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Blech mit Backpapier belegen. Melanzani längs halbieren und auf der Schnittfläche kreuzweise (nicht zu tief) einschneiden.
- 2 Knoblauch schälen und pressen. Mit Honig, Senf, Miso, Ingwer, Sojasauce und Essig verrühren. Melanzani aufs Blech setzen und mit der Glasur einstreichen.
- 3 Im Rohr (mittlere Schiene) 30 bis 35 Minuten backen, nach der Hälfte der Zeit nochmals mit Glasur einstreichen.
- 4 Melanzani mit Jungzwiebelgrün und Sesam bestreuen.





# CHAMPIGNONS MIT MANGOLD- TOPFENFÜLLE

6 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 40 Minuten

70 g rote Zwiebeln  
2 kleine Knoblauchzehen  
250 g Mangold  
750 g Riesen-Champignons (*braun und/oder weiß*)  
20 g Majoran (*gehackt*)  
3 EL Olivenöl  
125 g Topfen (*20 % Fett*)  
4 Scheiben Toastbrot (*gerieben*)  
60 g Parmesan (*gerieben*)  
100 g Feta

Salz, Pfeffer

- 1 Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln. Grobe Mangoldstiele ausschneiden. Blätter zuerst in schmale Streifen, dann quer klein schneiden.
- 2 Champignonstiele vorsichtig herausbrechen und fein hacken. Zwiebeln, Knoblauch, Majoran und die gehackten Stiele in der Hälfte des Öls bei starker Hitze anbraten, Mangold untermischen und zusammenfallen lassen. Umfüllen und etwas abkühlen lassen.
- 3 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Auflaufform mit restlichem Öl ausstreichen. Topfen, Toastbrot und Parmesan mit der Mangold-Mischung verrühren, salzen und pfeffern.
- 4 Champignons in die Auflaufform legen, mit der Masse füllen und im Rohr (mittlere Schiene) 15–25 Minuten (je nach Größe der Pilze) backen. Aus dem Rohr nehmen und mit zerbröseltem Feta bestreuen.  
— Variante: Feta 5 Minuten vor Ende der Backzeit auf den Pilzen verteilen.



# STECKERLBROT

12 STÜCK

**ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde **ZUM RASTEN:** ca. 50 Minuten

280 ml Milch  
40 g Butter (*zerlassen*)  
1 EL Honig  
1 TL Salz  
20 g frische Germ  
500 g glattes Mehl

**ZUM BESTREICHEN**

1 mittleres Ei (*verquirlt*)

**ZUM BESTREUEN UND FÜLLEN** (*optional*)

Frühstücksspeck (*dünn geschnitten*)  
Parmesan (*gerieben*)  
Sesam  
Kräuter  
Kürbiskerne (*gehackt*)  
Röstzwiebeln

—  
*Mehl*

**TIPP**

Der Teig lässt sich auch wunderbar füllen. Teigstreifen vor dem Aufwickeln mit Speck oder wenig Käse belegen, aufrollen und dann rasten lassen.

- 1 Milch auf ca. 30 °C erwärmen. Mit Butter, Honig und Salz verrühren, Germ darin auflösen. Mehl zugeben und die Mischung zu einem glatten Teig abschlagen. Mit Frischhaltefolie zudecken und ca. 30 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen.
- 2 Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 1 cm dick rechteckig (ca. 45 x 30 cm) ausrollen. In 12 gleichbreite Längsstreifen schneiden. Teigstreifen ein wenig überlappend um Metallspieße wickeln. Dabei an den Enden ca. 5 cm frei lassen. Ca. 20 Minuten rasten lassen.
- 3 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen. Spieße darauflegen und mit Ei bestreichen. Nach Lust und Laune mit Speckstückchen, Parmesan, Sesam, Kräutern, Kürbiskernen oder Röstzwiebeln bestreuen. Im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 15 Minuten goldbraun backen.

**SalzburgMilch**

DIE PREMIUM MILCHMACHER

## MORGENSTUND HAT *Skyr* IM MUND

aus bester  
regionaler  
Heumilch



**JETZT  
NEU!**

proteinreich  
& fettarm

besonders  
cremig

Der neue, unwiderstehlich cremige **Premium Frühstückss-Skyr** sorgt für eine Extraportion Genuss, nicht nur am Frühstückstisch. Auch als kleiner Snack zwischendurch überzeugt er mit seinem erfrischenden Charakter und ist dabei vielfältig einsetzbar – egal ob pur, im Müsli oder als vielseitige Zutat in süßen und pikanten Gerichten. Erhältlich ist der Premium Frühstückss-Skyr **österreichweit bei BILLA PLUS** und im Bundesland Salzburg bei **BILLA** und **SPAR**.



**milch.com**

**4 PORTIONEN**

**ZUBEREITUNG:** ca. 30 Minuten

200 g rote Zwiebeln  
4 kleine Knoblauchzehen  
200 g Pimentos  
600 g Mais (*gegart*)  
6 EL Olivenöl  
1 EL Honig  
50 ml Zitronensaft  
100 ml weißer Balsamico  
3 kleine Chilis (*gehackt*)  
2 EL Petersilie (*gehackt*)  
80 g Feta (*grob zerbröseln*)

—  
Salz

# MAISSALAT MIT PIMENTOS UND FETA

- 1** Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln halbieren und quer in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch fein hacken. Pimentos längs halbieren und die Kerne entfernen.
- 2** Mais in einem Drittel vom Öl anbraten. Honig untermischen, Mais karamellisieren lassen. Mit Zitronensaft und Balsamico ablöschen und umfüllen. Pfanne säubern, Pimentos im übrigen Öl anbraten und mit Salz würzen.
- 3** Mais, Pimentos, Zwiebeln, Knoblauch, Chilis und Petersilie vermischen und mit Salz würzen. Salat anrichten und mit Feta bestreuen.





**4 PORTIONEN**

**ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

**ZUM MARINIEREN:** ca. 20 Minuten

750 g Spitzkraut

400 g Karotten

400 g Stangensellerie

70 g Erdnüsse (*ungesalzen*)

20 g Schnittlauch

**MARINADE**

250 g Sauerrahm

1 EL Curry

120 g Mayonnaise

80 ml Limettensaft

*Salz, Pfeffer*

# SPITZKRAUT- SALAT MIT CURRY- LIMETTEN- MAYONNAISE

- 1** Krautstrunk ausschneiden. Kraut in feine Streifen schneiden, salzen und 10 Minuten ziehen lassen. Karotten schälen und Sellerie putzen. Beides in feine Streifen schneiden. Erdnüsse grob hacken. Schnittlauch fein schneiden.
- 2** Für die Marinade alle Zutaten gut verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3** Alle Zutaten mit der Marinade vermischen und ca. 20 Minuten marinieren lassen.
- 4** Vor dem Servieren eventuell mit Limettenscheiben garnieren.



# SPARGELPÄCKCHEN MIT PROSCIUTTO UND TALEGGIO

4 PÄCKCHEN

ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

24 Stangen grüner Spargel (ca. 500 g)  
12 Scheiben Prosciutto (dünn geschnitten)  
160 g Taleggio

Salz, Pfeffer, Öl

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Trockene Enden vom Spargel wegschneiden und die Stangen im unteren Drittel schälen. Je 6 Spargelstangen mit 3 Schinkenscheiben eng umwickeln. Käse in vier Scheiben schneiden.
- 2 4 Quadrate (je ca. 30 x 30 cm) aus Backpapier zuschneiden und mit Öl bestreichen. Spargelpäckchen daraufsetzen und mit Käse belegen. Salzen, pfeffern und Papier über der Fülle eng zusammenfalten. An den Enden eindrehen. Päckchen auf einem Backblech im Rohr (mittlere Schiene) ca. 40 Minuten backen.

# SÜSSKARTOFFELN MIT KNOBLAUCH, BERGKÄSE UND BUNTEM PFEFFER

4 PÄCKCHEN

ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

4 Süßkartoffeln (je ca. 150 g)  
100 g Butter  
4 Knoblauchzehen (zerdrückt)  
8 Scheiben Bergkäse (je ca. 30 g)  
3 EL bunter Pfeffer (grob zerstoßen)

Salz, getrockneter Thymian

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Süßkartoffeln längs halbieren und an den Schnittflächen kreuzweise einschneiden. Butter bis zum Aufschäumen erhitzen und den Knoblauch untermischen.
- 2 4 Quadrate (je ca. 30 x 30 cm) aus Alufolie zuschneiden. Süßkartoffeln paarweise mit den Schnittflächen nach oben daraufsetzen, mit der Knoblauchbutter übergießen. Mit Salz und Thymian würzen und mit Käse belegen. Folie über den Süßkartoffeln schließen. Päckchen auf ein Backblech setzen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 45 Minuten backen.
- 3 Folie öffnen und die Süßkartoffeln mit buntem Pfeffer bestreuen.





# QUETSCH- ERDÄPFEL MIT SPINAT UND CHEDDAR

12-14 STÜCK

ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

750 g kleine speckige Erdäpfel

3 EL Olivenöl

500 g Blattspinat

40 g Butter

2 Knoblauchzehen (*fein gehackt*)

120 g Cheddar (*geraspelt*)

*Salz, Pfeffer, grobes Meersalz*

- 1 Erdäpfel in Salzwasser bissfest kochen, abseihen und auskühlen lassen.
- 2 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Erdäpfel mit Abstand auf das Blech legen, mit Backpapier belegen und möglichst flach drücken (am besten mit dem Boden einer Tasse oder einer kleinen Pfanne). Salzen, pfeffern, mit Öl bestreichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 30 Minuten knusprig backen.
- 3 Grobe Spinatstiele entfernen. In einer beschichteten Pfanne Butter bis zum Aufschäumen erhitzen. Knoblauch und Spinat zugeben und zugedeckt zusammenfallen lassen. Spinat salzen, pfeffern, in ein Sieb leeren und behutsam ausdrücken.
- 4 Erdäpfel mit Spinat belegen, mit Cheddar bestreuen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 10 Minuten backen. Vor dem Servieren mit Meersalz bestreuen.

# ALLES FÜRS GRILLEN ZUM



Da bin ich mir sicher.

**HOFER  
PREIS,-**

AMERICAN  
XXL HAMBURGERBRÖTCHEN  
300 g



saisonal erhältlich  
per Packung  
**1,29**

4,30/kg

BBQ  
CHEDDAR  
BURGERSCHEIBEN  
200 g



saisonal erhältlich  
per Packung  
**1,75**

0,88/100 g

LE GUSTO  
GRILLSAUCEN  
• Tartare,  
• Mexiko oder  
• Cocktail  
440 ml



saisonal erhältlich  
per Flasche  
**1,59**

3,61/Liter



**Schon  
gekocht?**

Das neue  
„einfach kochen“-Magazin  
in Ihrer  
HOFER Filiale.



ZUR THEMENWELT  
GRILLEN

BBQ  
SALATE  
verschiedene Sorten  
670 g/650 g



saisonal erhältlich  
per Glas  
**1,79**

3,44/4,84/5,19/5,97/kg Abtr.G.

BBQ  
SANDWICH-/BURGERGURKEN  
670 g



saisonal erhältlich  
per Glas  
**1,79**

4,97/kg Abtr.G.

BBQ  
GRILL-BURGER  
• Beef oder  
• Smokey  
200 g



saisonal erhältlich  
per Packung  
**1,99**

9,95/kg

# Topfen. Beeren. Dessert!

Egal ob Erdbeeren, Himbeeren oder Heidelbeeren, wie lieben die bunten Früchtchen! In Kombination mit Topfen verleihen sie Süßem den ultimativen Kick.

**REZEPTE:** Charlotte Cerny **FOTOS:** Barbara Ster

**12 STÜCK** **ZUBEREITUNG:** ca. 1 ½ Stunden **ZUM KÜHLEN:** ca. 8 Stunden

## BISKUIT

5 große Eier  
150 g Kristallzucker  
150 g glattes Mehl  
50 g Butter (*zerlassen*)

## CREME

600 g Erdbeeren  
180 g Kristallzucker  
8 Blatt Gelatine  
500 ml Schlagobers  
500 g Topfen (*20 % Fett*)  
150 g Sauerrahm  
Schale von 1 Bio-Zitrone (*abgerieben*)

## DEKO

150 ml Schlagobers  
1 TL Staubzucker  
1 Hand voll Erdbeeren

*Butter, Mehl*

- 1** Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Tortenform (Ø 26 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl stauben.
- 2** Für das Biskuit Eier und Zucker ca. 5 Minuten hell-cremig mixen. Mehl und Butter unterheben. Masse in die Form füllen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 25 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Biskuit aus der Form lösen und in 2 gleich hohe Böden teilen.
- 3** Für die Creme Erdbeeren putzen und halbieren. Mit 80 g vom Zucker aufkochen und ca. 10 Minuten köcheln. Vom Herd nehmen, fein pürieren und auskühlen lassen.
- 4** Gelatine kurz in kaltem Wasser einweichen, ausdrücken und im warmen Erdbeerpüree auflösen. (Das Püree darf nicht mehr heiß sein.)
- 5** Obers cremig mixen. Topfen, Sauerrahm, übrigen Zucker und Zitronenschale verrühren. Erdbeerpüree unter die Topfenmasse mixen, Obers unterheben.
- 6** Tortenring (Ø 26 cm) auf einen flachen Teller stellen, Rand mit rechtgeschnittenen Streifen Backpapier auslegen. Einen Biskuitboden in den Ring legen. Creme darauf verstreichen. Zweiten Biskuitboden darauf legen. Torte über Nacht kühlen.
- 7** Torte aus dem Ring lösen, Backpapierstreifen abziehen. Obers mit Staubzucker cremig mixen und in einen Dressiersack mit großer Sterntülle füllen. Erdbeeren halbieren. Torte mit Obers und Erdbeeren dekorieren.



# Erdbeer-Topfentorte



*Wichtig: Nur ja nicht die Creme schon vorm ins Glas Schichten wegnaschen!*

# Biskuit- Topfenbecher mit Beeren

## 4 PORTIONEN

**ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde

250 g Erdbeeren  
125 g Himbeeren  
80 g Ribiseln  
1 EL Staubzucker  
Saft von ½ Orange

## CREME

1 Pkg. Vanillepuddingpulver  
300 ml Milch  
250 g Topfen (20 % Fett)  
80 g Staubzucker  
1 Pkg. Vanillezucker

## BISKUIT

3 mittlere Eier  
70 g Kristallzucker  
60 g glattes Mehl  
80 g Butter (zerlassen)  
1 TL Zitronenschale

## DEKO

1 Hand voll Himbeeren

- 1** Für die Creme Puddingpulver mit 70 ml von der Milch verrühren. Restliche Milch aufkochen, Puddingpulver zugeben. Kurz aufkochen, vom Herd nehmen, abdecken und auskühlen lassen. Pudding mit Topfen, Staub- und Vanillezucker vermischen.
- 2** Für das Biskuit Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eier und Zucker ca. 5 Minuten cremig mixen. Mehl, Butter und Zitronenschale unterrühren. Masse in eine kleine Backform füllen und ca. 15 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
- 3** Erdbeeren putzen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Mit Himbeeren, Ribiseln, Zucker und Orangensaft vermischen.
- 4** Biskuit auseinanderzupfen. Biskuit, Creme und Beeren in Gläser schichten und mit frischen Himbeeren dekoriert servieren.

*Unser Alles-geht-Schmarren:  
auch mit Kirschen, Pfirsichen & Co. ein Traum!*

**4 PORTIONEN**

**ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde

6 mittlere Eier  
100 g weiche Butter  
120 g Kristallzucker  
500 g Topfen (20 % Fett)  
6 EL Milch  
6 EL Weizengrieß  
1 EL Butter (zum Backen)  
200 g Heidelbeeren

Staubzucker

- 1** Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 2** Eier in Dotter und Klar trennen. Weiche Butter und 60 g vom Zucker schaumig mixen. Dotter einzeln untermixen, Topfen und Milch einrühren, Grieß unterheben. Masse ca. 10 Minuten quellen lassen, kurz durchrühren. Eiklar mit übrigem Zucker zu steifem Schnee schlagen und unter die Masse heben.
- 3** In einer ofenfesten Pfanne Butter aufschäumen. Die Hälfte der Schmarren-Masse in der Pfanne verteilen und mit der Hälfte der Heidelbeeren bestreuen. Übrige Masse darauf verteilen, mit restlichen Heidelbeeren belegen. Schmarren ca. 5 Minuten goldbraun anbacken und vom Herd nehmen.
- 4** Schmarren im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 20 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist. Herausnehmen, mit 2 Löffeln auseinanderzupfen und mit Staubzucker bestreut servieren.





Topfenschmarren  
mit Heidelbeeren

# DER KULT UM DIE SARDINE



Essen aus der Dose hat einen bescheidenen Ruf. Die große Ausnahme sind Nuri Sardinen: Dem Kult um die österreichisch-portugiesische Köstlichkeit wurde sogar ein Museum gewidmet. GUSTO hat sich vor Ort in Porto-Matosinhos umgesehen, herausgefunden, warum die Dose so beliebt ist, und erfahren, was man Köstliches damit kochen kann.

**REZEPTE:** Andres Stirn **FOTOS:** Melina Kutelas/Brandstätter Verlag  
**REPORTAGEFOTOS:** Florence Stoiber, Nuri **TEXT & INTERVIEW:** Susanne Jelinek



Abläufen wie vor rund 100 Jahren. Never change a winning team, mag man da denken. Ganz stimmt dies nicht: Seit 2016 gehört die Firma dem Wiener Jakob Glatz. Der Unternehmer rettete sie vor dem sicheren Aus, für das unter anderem der damals knappe Sardinenbestand vor der Küste Portugals mitverantwortlich war. Glatz setzte einige sinnmachende Adaptionen um (etwa ein Lieferband, um die Fische von den Fülltischen zur Dosenschließmaschine zu transportieren), veränderte aber nichts an den Faktoren, die die Dose zum Kultobjekt gemacht haben: die hohe Fischqualität, das Design, die Herstellung in Handarbeit und die alt-ehrwürdige Produktionshalle. Die Übernahme lief vertrauensvoll über die Bühne, schließlich war Glatz für die zu 94 Prozent aus Frauen bestehende Belegschaft, die in der Conservaria Pinhais zum Großteil von Berufsstart bis Pensionierung arbeitet, kein Unbekannter. Jahrzehntlang pflegte dessen Vater eine sehr enge, persönliche Geschäftsbeziehung mit den Nuri-Machern und importierte die Sardinen seit den 1950er-Jahren nach Österreich.

GUSTO hat mit Glatz in der Nuri-Fabrik über den Charme der Nuri Sardinen, kulinarische Möglichkeiten und die Gastfreundschaft der Portugiesen gesprochen.

## DAS INTERVIEW

Wie charmant kann eine Ölsardinenfabrik eigentlich sein? Eine Frage, die ein Besuch der Conservaria Pinhais in Matosinhos, einem Vorort von Porto, mit Leichtigkeit beantwortet. Überaus charmant! Was daran liegt, dass dort seit 1920 kaum etwas verändert wurde. Renoviert und restauriert wurden die Räumlichkeiten, in der die Nuri Sardindosen hergestellt werden zwar, und ein eigenes Museum wurde ebenfalls erschaffen. Die Damen, die dort allerdings Tag für Tag per Hand jeden Fisch auswählen und zerlegen, jede Dose händisch füllen und verpacken: Die arbeiten immer noch nach den fast gleichen

**Herr Glatz, wir sitzen hier in der Kantine der Conservaria Pinhais und haben eben die Produktion besichtigt. Mit welchem Gefühl betrachten Sie all dies?**

Vor allen Dingen mit Zufriedenheit. Und auch einem gewissen Stolz, dass wir es gemeinsam geschafft haben, die Fabrik zu retten. Das war im Jahr 2016 alles andere als voraussehbar und wahrscheinlich. Damals haben schon diverse Immobilienentwickler versucht, das Gebäude zu übernehmen und Wohnblocks hinzustellen. Es waren irrsinnig viele Leute daran beteiligt und es ist einfach schön, so eine einzigartige Fabrik am Leben erhalten zu haben.



Jakob Glatz hat der Nuri Sardine mit Fokus auf Tradition und Qualität frisches Leben eingehaucht

**Wenn Sie „gemeinsam“ sagen: Auf wen beziehen Sie sich da?**  
 Jede einzelne Person hier in der Fabrik. Das geht von der Geschäftsführung bis zu den Damen, die die Fische bearbeiten. Wenn die nicht gesagt hätten, „Ja, wir sind bereit, nochmal von vorne anzufangen bzw. diese Arbeit weiterzumachen“, dann hätte das nicht funktioniert.

**Es ist ungewöhnlich, dass gegen einen neuen Besitzer, vor allem aus dem Ausland, kein Widerstand geherrscht hat ...**

Es gab sicher das eine oder andere Fragezeichen, eine Grundskepsis. Der Zweifel, was der Österreicher hier machen will. Aber ich finde, Vertrauen kann nur erarbeitet werden. Das geht nicht so schnell, das kann man nicht von einer Sekunde auf die andere verlangen. Was bei uns geholfen hat, war sicher, dass meine Familie schon so lange hier ein und aus geht, schon so lange Geschäfte mit Pinhais macht, dass man mein Gesicht gekannt hat. Ich denke, am Ende hat auch den Ausschlag gegeben, wie wir die Menschen eingebunden haben und an das Ganze herangegangen sind.

**Die Mitarbeiterinnen stellen zwischen 20.000 und 35.000 Dosen pro Tag her.**

**Wäre das aus rein wirtschaftlicher Sicht mit mehr Automatisierung nicht zu toppen?**

Der Output würde sich mit Maschinen verzehnfachen lassen. Wir fokussieren uns aber lieber ganz auf die Qualität, dadurch können wir die Kosten der Handarbeit im Preis weitergeben. Wir konzentrieren uns zudem nicht auf Massenmärkte, sondern auf den Gourmetbereich und auf Kenner, die die Qualität verstehen, schätzen und bereit sind, dafür zu bezahlen.

**Qualität ist ein Wort, das viele mit Essen aus der Dose eher nicht in Verbindung bringen. Wie ist es bei Nuri möglich, dass dies so anders wahrgenommen wird?**

Das Geheimnis liegt meiner Meinung nach in der Sturheit, das Produkt so aufwändig zu produzieren, wie wir es tun. Man hätte es natürlich günstiger machen können. Schneller,

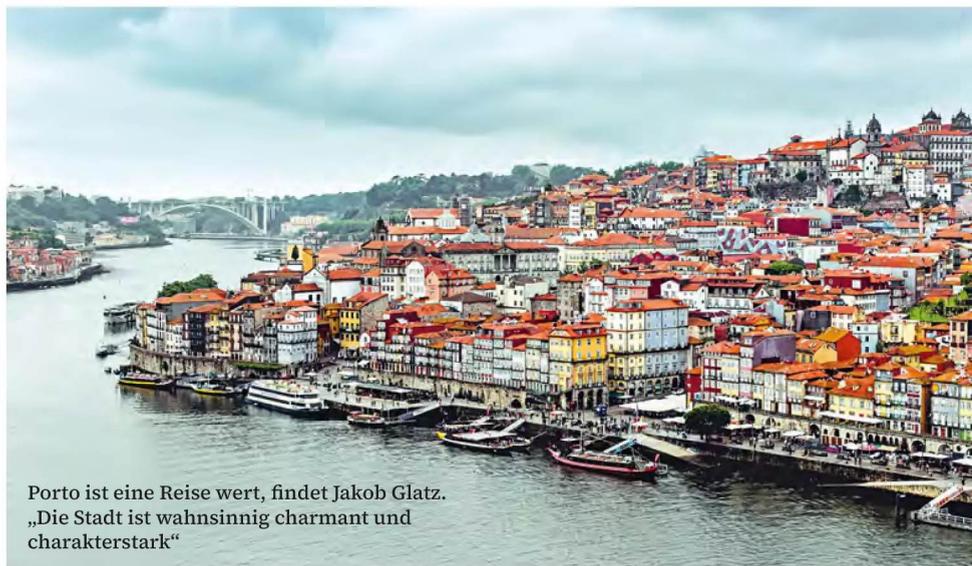
mit einer höheren Produktivität. Aber es gibt einfach einen großen Unterschied, wenn man etwas per Hand, mit hochwertigen Zutaten und mehr Zeit macht. Wir stehen für das Gegenteil von Quantität. Und die Leute in der Produktion sind in Wirklichkeit unsere besten Qualitätsmanager. Sie haben so einen großen Stolz, so eine hohe Identifikation mit der Arbeit, nehmen jedes einzelne Produkt in die Hand und prüfen gleichzeitig auch die Qualität.

**Welchen Anteil hat das berühmte Design der Dose am jahrzehntelangen Kultfaktor?**

Das spielt mit Sicherheit eine große Rolle, zumindest als erster Sympathiefaktor. Ich glaube, das konstante Design spiegelt wider, dass das Produkt unverändert ist.

**Nuri ist eines der wenigen Produkte, das sogar in der Top-Gastronomie in der Dose auf den Tisch gestellt wird. Wie halten Sie das zu Hause?**

Bei mir gehört das ebenfalls dazu. An Festtagen gibt es vielleicht auch mal eine Reserva oder Ovas, also Sardinenrogen. Ich habe sogar eine Sammlung von Sardinenhebern. Das ist ein Besteckstück, das früher, in der Zeit, in der jede wohlhabendere



Porto ist eine Reise wert, findet Jakob Glatz. „Die Stadt ist wahnsinnig charmant und charakterstark“

Familie ein Silberbesteck hatte, Standard war. Ich finde sie auf Flohmärkten, im Internet, bei Altwarenhändlern. Wenn man die Sardinen damit aus der Dose hebt, dann hat das gleich noch mehr Charme.

**Wie kommt bei Ihnen die Sardine sonst noch auf den Tisch?**

Wenn es schnell gehen muss, dann gibt es eine Nuri-Pasta. In unserem Kochbuch haben wir eine, die zu meinen Lieblingsgerichten gehört: die Linguini mit Fenchel und Rosinen (Anmerkung, siehe S. 54). Diese Kombi ist unschlagbar! Und dann natürlich die Nuri-Butter. Das ist im Prinzip einfach nur Butter, die mit den Sardinen vermengt wird. Das Fett und der Fischgeschmack, dazu ein gutes Sauerteigbrot, mehr braucht es nicht. Die Butter passt übrigens auch sehr gut zum Grillen und ist richtig schnell gemacht!

## Sie sind beruflich ständig in Portugal. Wie gastfreundlich sind die Portugiesen?

Die Menschen hier gehören zum Besten, was das Land zu bieten hat. Sie sind nicht laut, im ersten Moment auch nicht wahnsinnig offen. Aber wenn man eine Beziehung und eine Freundschaft zu jemandem aufbaut, dann ist das fürs Leben. Es ist eine grundehrliche, tiefgehende Zugehörigkeit, die die Menschen entwickeln. Das ist wirklich schön und hat rein gar nichts Oberflächliches.

## Zeigt sich dies auch in der portugiesischen Gastfreundschaft?

Die ist für unsere Verhältnisse überschwänglich. Wenn du mit jemandem zum Essen verabredet bist, heißt es sofort: „Ich hole dich ab, ich bringe dich heim.“ Das hat nichts mit mir als Person dazu, die Portugiesen sind einfach so. Einladungen bei ihnen zu Hause sind sehr privat, sehr persönlich. Es gibt Wein, ein paar Kleinigkeiten vorab. Weil die Portugiesen zu recht stolz auf ihren Fisch sind, braten sie dann oft einen prächtigen, großen Fisch, der für sechs bis acht Personen reicht. Der wird sehr reduziert auf das Produkt zubereitet, mit einem guten Olivenöl, dazu Kartoffeln und Gemüse, ohne viele Saucen und anderes Chichi. Die Qualität steht im Mittelpunkt.

## Nuri entsteht in einem Vorort von Porto. Verraten Sie uns als Kenner, warum diese Gegend eine Reise wert ist.

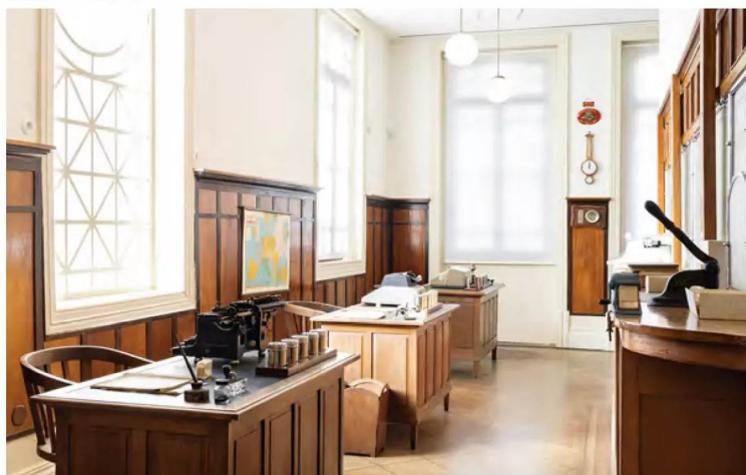
Porto ist wahnsinnig charmant und charakterstark. Ich mag Lissabon sehr gerne, aber Porto noch eine Spur lieber, weil die Stadt so viel Persönlichkeit hat. Diese Patina, dieses Dichte und das Charaktervolle. Der Fluss, der durch das Zentrum geht. Die Stadt bietet Geschichte und Kultur ohne Ende, etwa das beste portugiesische Museum für Moderne Kunst. Man findet hier wunderbares Essen, tolle Weine, alles noch total unterbewertet. Man kann sich ohne Ende durchkosten, durch kleine Gassen strandeln und winzige Restaurants und Beisln entdecken, die ganz einfach sind, aber in denen hervorragend gekocht wird, und das sehr günstig. Anfang November bis Ende März ist es hier zu feucht und kalt, aber das restliche Jahr kann ich einen Besuch sehr empfehlen. Im Sommer ist Porto etwa toll, weil der kühle Atlantik die Temperaturen so angenehm macht. Man kommt aus Österreich mit 30, 32 Grad und hat hier 25, 26 Grad. Und Matosinhos ist schön ruhig und am Meer, aber nur 15 Minuten von der Stadt entfernt.

## Nachdem ich es selbst gesehen habe, rate ich Besuchern ja zu einem Besuch im Nuri-Museum und in der Sardinenproduktion. Wann hatten Sie eigentlich die Idee zu diesem Projekt?

Die Idee hatte ich schon sehr lange, noch bevor wir die Fabrik übernommen haben. Ich habe mir beim Reinkommen immer gedacht, dass all das einzigartig ist. Ich habe so viele Fischfabriken gesehen, in Afrika, in Asien. Aber das hier ist ohne Übertreibung unvergleichbar. Wenn man das einmal gesehen hat, dann versteht man erst, was die Nuri Sardinen wirklich ausmacht. Es gibt so viele Besucherwelten, da sieht man von der Produktion rein gar nichts. Das ist eine für Werbung und Marketing künstlich gemachte Welt. Wir müssen bei uns allerdings nichts erfinden, sondern nur herzeigen, was wirklich da ist und unsere Geschichte erzählen.



Ob die wie eine Sardine geformte Treppe, das Retro-Büro oder die Produktion: Das Museum ist sehenswert. GUSTO-Leser sparen mit dem Code TASTEART übrigens 15 Prozent beim Eintritt. ← Mehr Infos zum Museum finden Sie hier.



Noch mehr Rezepte und Einblicke in die Welt der Nuri Sardinen finden Sie in:

### Das große Nuri Sardinen Kochbuch

Hrsg. Jakob Glatz  
Rezepte Andres Stirn,  
Texte Anna Burghardt

Brandstätter Verlag, € 35,-





Die Dosen werden nicht nur per Hand gefüllt, sondern auch verpackt

# SARDINEN MIT BURRATA, BOHNEN UND PINIENKERNEN

## 4 PORTIONEN

- 2 Burrata
- 1 Dose Nuri-Sardinen in Olivenöl
- 80 g Pinienkerne
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Saft von ca. ½ Zitrone
- ca. 500 g grüne und/oder gelbe Bohnen
- 1 kleiner Bund Basilikum

- 1** Burrata aus dem Kühlschrank nehmen und auf Zimmertemperatur bringen.
- 2** Sardinendose öffnen, Sardinen vorsichtig herausheben und der Länge nach in 2 Filets teilen (geht gut mit den Fingern), überschüssiges Öl in der Dose zur Seite stellen.
- 3** Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Ca. 60 g der Pinienkerne zerstoßen und mit ca. 6 EL Olivenöl sowie dem Öl aus der Sardinendose zu einer Paste verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- 4** Bohnen in sprudelnd kochendem Salzwasser (sollte wie Meersalz schmecken) ca. 2 Minuten garen. Sofort in einer Schüssel mit eiskaltem Wasser abschrecken. Abtropfen lassen, auf Küchenpapier trockenlegen und auf Tellern verteilen, Pinienkernmarinade darübergeben. Auf jeden Teller ½ Burrata setzen und 1–2 Sardinenfilets darauflegen.
- 5** Olivenöl darüberträufeln und mit Basilikumblättern sowie restlichen Pinienkernen bestreuen, Pfeffer grob darübermahlen.







# LINGUINI MIT SARDINEN, FENCHEL UND ROSINEN

## 4 PORTIONEN

1 Fenchel  
60 g Pinienkerne  
1 kleiner Bund Petersilie  
500 g Linguini  
Salz  
Olivenöl  
2 Knoblauchzehen  
ca. 100 ml Weißwein  
1 EL kalte Butter  
1 Dose Nuri-Sardinen in Olivenöl  
60 g in Wasser eingeweichte Rosinen  
Pfeffer

- 1** Fenchel ggf. von der äußeren holzigen Schicht befreien, grüne Enden abschneiden (können fein geschnitten roh als Garnitur oder für einen Salat verwendet werden). Fenchel halbieren und der Länge nach in feine, aber nicht millimeterdünne Streifen schneiden.
- 2** Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten und beiseitestellen. Petersilie fein hacken.
- 3** Wasser für die Pasta mit reichlich Salz (sollte wie bei allen Nudeln wie Meerwasser schmecken) in der Zwischenzeit zum Kochen bringen.
- 4** Olivenöl mit 1 Prise Salz in der Pfanne erhitzen und die Fenchelstreifen mit den angedrückten Knoblauchzehen kurz und scharf anbraten. Nach 2 Minuten aus der Pfanne auf einen Teller geben. Pfanne zurück auf den Herd stellen, mit dem Weißwein ablöschen und den Wein reduzieren.
- 5** Die Linguini ins Kochwasser geben. Sardinendose öffnen.
- 6** Wenn der Weißwein auf etwa  $\frac{1}{3}$  der ursprünglichen Menge reduziert ist, Butter, Rosinen, vorgebratenen Fenchel und die Sardinen mitsamt ihrem Öl dazugeben, 1 kleine Kelle Nudelwasser aufgießen. Alles durchschwenken, gut vermengen und die Pfanne von der Hitze nehmen.
- 7** Abgetropfte Pasta dazugeben und alles gut mischen (alternativ Pasta und Pfanneninhalt in einer vorgewärmten Schüssel mischen). Auf Tellern anrichten, mit Pinienkernen und gehackter Petersilie bestreuen, mit ein paar Tropfen Olivenöl beträufeln und ein paar Drehungen mit der Pfeffermühle darübermahlen.

# PAO DE FRIGIDEIRA MIT SARDINEN UND SALSA

4–8 PORTIONEN

## FÜR DIE HONIG-BROTE

500 g Mehl Type 550 plus Mehl zum Arbeiten  
2 g Trockengerm  
8 g Zucker  
8 g Salz  
250 ml lauwarmes Wasser  
30 g Honig  
35 g Pflanzenöl  
Butterschmalz zum Braten

## FÜR DIE SELLERIE-SALSA

1 mittelgroße Tomate  
nach Bedarf rote Chili  
1 rote Zwiebel  
ca. 150 g Stangensellerie  
1 kleiner Bund Koriander  
4 Limetten  
1 EL Ahornsirup oder 1 gute Prise Zucker  
ca. 2 EL Olivenöl  
Salz  
Pfeffer  
2–3 Dosen Nuri-Sardinen in Olivenöl  
etwas Sauerrahm oder Creme fraiche

## TIPP

Hat man kein Butterschmalz zu Hause, Olivenöl verwenden und die Fladen kurz vor Verzehr mit etwas flüssiger Butter bestreichen.

- 1 Am Vortag Mehl durch ein feines Sieb auf die Arbeitsfläche rieseln lassen, mit Trockengerm, Zucker und Salz vermischen. Ein Häufchen bilden, eine Mulde in der Mitte formen und nach und nach ca. 150 ml lauwarmes Wasser eingießen und verkneten. Honig mit dem restlichen lauwarmen Wasser verdünnen und ebenso wie das Pflanzenöl einarbeiten. Alles zu einem glatten Teig verkneten und abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen. Nach 1–2 Stunden auf die mehlierte Arbeitsfläche geben, in 8–10 ca. gleich große Stücke teilen und zu Kugeln formen. Auf ein Blech oder 2 große Teller legen, mit Folie abdecken und im Kühlschrank über Nacht weitergehen lassen. Ca. 1 Stunde vor Verwendung herausnehmen.
- 2 Tomate und Chili vom Kerngehäuse befreien. Zwiebel, Tomate und Stangensellerie in feine Würfel schneiden, Koriander und Chili hacken, alles in eine Schüssel geben. Abrieb von 1 Limette und Saft von 2 Limetten dazugeben, Ahornsirup (bzw. Zucker) und Olivenöl hinzufügen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zur Verwendung kalt stellen.
- 3 Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne bei kleiner bis mittlerer Stufe erhitzen. Nach und nach die Teigkugeln mit den Fingern zu Fladen formen: mit leichtem Drücken der Daumenspitzen auf der zugewandten Seite und den restlichen Fingerspitzen auf der anderen Seite sowie leichten Drehbewegungen die Brote formen, bis sie ca. 8–10 mm dünn sind. Direkt aus der Hand in die Pfanne geben und behutsam 3–4 Minuten von jeder Seite goldbraun braten. Mit wenig grobem Salz bestreuen, heiß aus der Pfanne oder bei 140 °C für 2–3 Minuten im Ofen aufgewärmt servieren.
- 4 Sardinendosen öffnen, etwas Öl vorsichtig abgießen und für das nächste Gericht aufheben, 1–2 EL Salsa auf die Fische träufeln. Sardinen mit Fladenbrot, restlichen Limetten und Sauerrahm oder Creme fraiche servieren.





# VITELA NURI

4–6 **PORTIONEN**

## **FÜR DEN SUD**

ca. 150 ml Weißwein

1 grob geschnittene Zwiebel

1 grob geschnittene Karotte

evtl. etwas grob geschnittener Lauch,

Sellerie und Stangensellerie

4 Nelken

4 Lorbeerblätter

Pfeffer

1 Thymianzweig

Salz

1 kg Kalbsrücken am Stück *(von Sehnen befreit)*

Olivenöl

## **FÜR DIE NURI-CREME**

1 Dose Nuri-Sardinen in scharf

gewürztem Olivenöl

250 g Sauerrahm

2 EL Mayonnaise

Salz

Pfeffer

Saft von ½ Zitrone

1 kleines Glas Kapern

evtl. etwas Cayennepfeffer oder Chilipaste

**1** Für den Sud alle Zutaten bis auf das Salz in einen Topf geben, ca. 3 l kaltes Wasser aufgießen und zum Kochen bringen. Mit Salz wie Nudelwasser abschmecken. Nach 10 Minuten Kochzeit die Hitze reduzieren, das Fleisch einlegen und 15 Minuten sanft köcheln lassen. Herd ausschalten und das Fleisch nachziehen lassen, bis der Sud erkaltet ist. Fleisch herausnehmen, kurz abtropfen lassen und fest in Frischhaltefolie wickeln. Im Kühlschrank einige Stunden ziehen lassen, es festigt sich und lässt sich vor dem Servieren dann besser schneiden.

**2** Für die Creme Nuri-Sardinen mitsamt ihrem Öl, Sauerrahm und Mayonnaise in der Küchenmaschine fein pürieren. Alternativ Sardinen fein hacken und in einer Schüssel mit Sauerrahm und Mayonnaise verrühren, bis eine feine Creme entsteht. Mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 1–2 EL Kapernwasser und ggf. Cayennepfeffer oder Chilipaste abschmecken. Creme kaltstellen.

**3** Fleisch aus der Folie nehmen und mit einem scharfen Messer in dünne, aber nicht zu feine Scheiben schneiden. Pro Portion ein paar EL Creme in tiefe Teller geben, Fleischscheiben aufteilen und auf der Creme drapieren. Etwas Olivenöl darüberträufeln und pro Teller etwa 10–15 Kapern auf Creme und Fleisch verteilen, Pfeffer grob darübermahlen.

## **TIPP**

Das Fleisch hat nach dem Pochieren noch einen rosa Kern. Wer es durch mag, lässt es ca. 45 Minuten weiterköcheln, bevor der Topf vom Herd genommen wird. Mit warmem Baguette servieren.

WERBUNG

# “Nuri”

## NURI OLIVENÖL EXTRA NATIV

Hergestellt in Portugal besticht dieses kaltgepresste Olivenöl durch schonende Verarbeitung und außerordentlichen Geschmack. Leicht fruchtig mit einem nussigen Abgang bringt das extra native Nuri Olivenöl portugiesches mediterranes Lebensgefühl auf den Tisch.

— Wer es gerne scharf mag, greift zum Nuri Chili Öl. Sein Aroma wird durch die Zugabe von getrockneten Chilis nochmals intensiviert.



12 **STÜCK**

**ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde

**ZUM KÜHLEN:** ca. 6 Stunden

500 g Topfen (20 % Fett)

200 ml Milch

3 mittlere Eier

1 Pkg. Vanillepuddingpulver

80 g Kristallzucker

1 Pkg. Vanillezucker

1 TL Bio-Zitronenschale (abgerieben)

**DEKO**

125 g Himbeeren

Butter

**1** Rohr auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Springform (Ø 20 cm) mit Butter ausstreichen und mit zurechtgeschnittenem Backpapier auslegen.

**2** Für den Kuchen alle Zutaten verrühren und in die Form füllen. Im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen, herausnehmen und abkühlen lassen.

**3** Topfen-Cheesecake ca. 6 Stunden kühlen. Mit Himbeeren garniert servieren.

*So einfach gemacht:  
zusammenrühren,  
backen, cremig!*

# Ohne Mehl geht's auch

Für diese Köstlichkeiten braucht es nur wenige Zutaten, sie sind rasch zubereitet, kommen wunderbar ohne Mehl aus und schmecken herrlich nach Sommer.

**REZEPTE:** Charlotte Cerny **FOTOS:** Barbara Ster



# Cremiger Topfen-Cheesekuchen ohne Boden





*Kein extra Zucker –  
die Süße kommt von  
Beeren und Schoko!*

# Beerige Haferflocken- Schoko-Cookies

14 **STÜCK**

**ZUBEREITUNG:** ca. 40 Minuten

**ZUM ZIEHENLASSEN:** ca. 20 Minuten

80 g weiße Kuvertüre  
80 g Vollmilchkuvertüre  
100 g Erdbeeren  
250 g feinblättrige Haferflocken  
1 TL Natron  
1 TL Backpulver  
60 g Butter (*zerlassen*)  
180 ml Milch  
100 g Heidelbeeren

- 1** Kuvertüresorten hacken. Erdbeeren putzen und klein würfeln.
- 2** Haferflocken, Natron und Backpulver vermischen. Butter einrühren, Milch untermischen. Kuvertüre, Erdbeerwürfel und Heidelbeeren unterrühren. Masse ca. 20 Minuten ziehen lassen.
- 3** Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
- 4** Mit einem Esslöffel kleine Häufchen auf das Blech setzen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten goldbraun backen. Cookies herausnehmen und abkühlen lassen.

*Genial: Haselnüsse  
und Mohn statt Mehl*

# Mohn- Puddingkuchen mit Erdbeeren

16 **STÜCK**

**ZUBEREITUNG:** ca. 1 ½ Stunden

**ZUM KÜHLEN:** ca. 6 Stunden

2 EL Erdbeermarmelade  
800 g Erdbeeren  
80 g weiße Schokoraspel

## **CREME**

300 ml Milch  
1 Pkg. Vanillepuddingpulver  
1 EL Kristallzucker  
150 g weiche Butter  
50 g Staubzucker

## **MOHNBODEN**

3 mittlere Eier  
100 g weiche Butter  
120 g Kristallzucker  
100 g Mohn (*gerieben*)  
50 g Haselnüsse (*gerieben*)  
50 ml Milch

Butter

- 1** Für die Creme 50 ml von der Milch mit dem Puddingpulver verrühren. Übrige Milch und Zucker aufkochen. Puddingmischung zugeben und unter Rühren ca. 2 Minuten köcheln. Vom Herd nehmen, abdecken und auskühlen lassen.
- 2** Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Auflaufform (33 x 25 cm) mit Butter ausstreichen.
- 3** Für den Mohnboden Eier in Dotter und Klar trennen. Eiklar zu cremigem Schnee schlagen. Butter und Zucker ca. 5 Minuten cremig mixen. Dotter einzeln zugeben und untermixen. Mohn, Nüsse und Milch einrühren, Schnee unterheben.
- 4** Masse in der Form verstreichen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen und noch heiß mit Marmelade bestreichen. Kuchen auskühlen lassen.
- 5** Erdbeeren putzen, halbieren und auf dem Kuchen verteilen.
- 6** Für die Creme Butter und Staubzucker ca. 5 Minuten cremig mixen, Pudding untermixen. Creme auf dem Kuchen verstreichen. Mohnkuchen ca. 6 Stunden kühlen und mit Schokoraspeln bestreut servieren.





# Zu Gast bei den Moochis



Von den Wiener-In-Restaurants in die eigenen vier Wände: Wie sehen Einladungen bei Mochi-Mitbesitzerin Sandra Jedliczka zu Hause aus? Was kommt am häufigsten auf den Tisch? Wer bestimmt, was gegessen wird? Und welche Einladung ist für sie unvergesslich? GUSTO hat Jedliczka Fragen rund um Gastgeberin und Kulinarik gestellt – die interessantesten Antworten (und eines ihrer Lieblingsrezepte) sehen Sie hier.

**FOTOS:** Christian Nilson, Mochi

**TEXT & INTERVIEW:** Susanne Jelinek

**E**in knappes Jahrzehnt lang war Mochi-Mitbesitzerin Sandra Jedliczka Gastgeberin im Mochi-Universum. Ob im ursprünglichen Mochi, der Ramen Bar oder auch im O.M.K 1010: Wer beim Betreten der japanisch inspirierten Restaurants von Jedliczka mit ihrem besonderen Leuchten in den Augen begrüßt wurde, wusste, dass es ein guter Besuch werden würde.

In den letzten Monaten verlagerte die 42-Jährige ihren Schwerpunkt im Familienunternehmen, das sie zusammen mit ihrem Lebensgefährten Tobias Müller, Küchenchef Eddi Dimant und dessen Frau Nicole Dimant aufgebaut hat, in Richtung Marketing und Social Media, trifft somit nun vermehrt in digitaler Form auf die Stammgäste. Und von diesen gibt es unzählige, schließlich hat sich das Mochi in den vergangenen elf Jahren ein Beliebtheitslevel erarbeitet, das weit über die Landesgrenzen hinausreicht.

Kaum zu glauben, dass das Projekt beinahe am Einreißen einer Mauer gescheitert wäre. „Die Räumlichkeiten in der Praterstraße sind ja sehr klein. Wir mussten eine Mauer entfernen, damit der Gastraum mit der offenen Küche ansatzweise eine Größe erreichte, die Sinn machte. Es war allerdings eine tragende Mauer, das Einziehen eines Stahlträgers kostete mehrere 1.000 Euro. Niemand von uns hatte Geld auf der Seite. Wir zweifelten, ob wir das jemals zurückzahlen könnten. Ob jemand überhaupt aus der Innenstadt über die Brücke überkommen würde, in dieses Eck, das zwar hübsch, aber gastronomisch leer war. Wir fragten uns, ob wir das wirklich riskieren wollten.“ Wollten sie – der Rest ist eine der größten Erfolgsgeschichten der heimischen Gastronomie.

Dabei war die Kulinarik eigentlich nur die zweite Wahl im Leben der Wienerin. Die Modeschule Herbststrasse, Teamarbeit bei Designern, später eine Fotografieausbildung: Eigentlich fühlte sich Jedliczka zu Kunst und Mode hingezogen. Die Gastro war nach der Matura eher dafür da, sich etwas dazuzuverdienen, etwa beim Partyservice Do&Co, das zu dieser Zeit auch die weltweiten Formel-1-Grand-Prixes bespielte.

„Das war recht lustig, man ist herumgekommen und es war auch ganz gut bezahlt. Zudem war es eine gute Entscheidung, weil ich da ja auch den Tobi kennengelernt habe.“ Mit Tobias Müller, der seither der Mann an ihrer Seite („20 Jahre schon, mein halbes Leben!“) und Vater ihrer beiden Kinder ist, ging sie schließlich nach Berlin. „Ich habe dort gefühlt tausende Praktika in der Modebranche gemacht und nebenbei immer in der Gastro gearbeitet, weil ich mit der Modegeschichte kein Geld verdient habe.“ Auf Berlin folgte ein Jahr in der Nähe von Montepulciano („Wir haben Italienisch gelernt und Oliven geerntet, die Liebe zu Italien ist bis heute geblieben.“), schließlich ein Engagement bei Do&Co in München, zusammen mit Eddi Dimant, mit dem sie schon Jahre zuvor in Berlin gearbeitet hatten. „Tobi und Eddi sind dann für ein Projekt nach Wien gerufen worden, aus dem aber nichts wurde.“ Im Nachhinein betrachtet ein Glücksfall: Weil die zwei Paare hier nicht auf die Art japanisch essen gehen konnten, wie sie es in Berlin geliebt hatten, entstand schließlich die Idee, dass die Stadt genau so etwas wie ein Mochi brauchen könnte. Und wie sich zeigte, reichte ein einzelnes Lokal dafür nicht aus: Elf Jahre später sind zum ersten Restaurant die zwei Take-aways O.M.K, die Ramen Bar, das Mochi am Markt, die Kikko Bā und die Kochwerkstatt Kōbō hinzugekommen. Zusätzlich gibt es eine eigene Produktlinie (online und in den Take-aways erhältlich), das zweite Kochbuch „Crispy & crunchy“ erscheint im September.



Der Name Mochi geht auf kleine gefüllte Klebreisbällchen zurück, die in Japan als Glücksbringer verschenkt werden

Dass Jedliczka nicht mehr als Gastgeberin fungiert, war keine Entscheidung gegen die Arbeit mit dem Gast, sondern entstand aus der Notwendigkeit, die Welt des Mochi auch medial zu vertreten. „Das Gastgeben fehlt mir ein bisschen. Es ist etwas ganz anderes, an einem Schreibtisch am Computer zu sitzen, anstatt in einem Lokal mit ganz vielen Menschen zu stehen und direktes Feedback zu bekommen.“ Sie sieht aber auch das Stimmige daran. „Mein Part war immer das Kreative. Also kommt mir bei meiner jetzigen Arbeit all das zugute, was ich davor gelernt habe. Es ist schon lustig: Ich habe mir immer gewünscht, in einem künstlerischen Bereich oder einem Familienunternehmen zu arbeiten. Und im Grunde ist es genau so gekommen.“



## FRAGEN & ANTWORTEN

### 1 Welches Gericht haben Sie am häufigsten in Ihrem Leben gekocht?

Spaghetti Carbonara. Weil es sich als Lieblingsgericht unserer Kinder herauskristallisiert hat, wirklich schnell gemacht ist und wir immer alles dafür zu Hause haben: Eier, Speck und Parmesan. Abhängig davon, welche Nudeln man nimmt, sind sie auch schon mal in zehn Minuten fertig. Ich nehme einen Dotter und zwei ganze Eier, den Rest nach Gefühl. Auf jeden Fall mit schön viel Parmesan, damit es cremig wird. Und Schlagobers ist ein No-Go. Vor den Kindern war das unser klassisches Gericht, wenn wir Gäste hatten und alle in der Nacht nochmal Hunger bekommen haben. Eine kürzliche Erkenntnis: Unlängst wollte ich für eine größere Runde Carbonara machen, und das hat gar nicht funktioniert. Es ist also eher eine Speise, die man für maximal vier Personen zeitgleich zubereitet. An meine erste Carbonara kann ich mich übrigens nicht mehr erinnern – dafür aber an die beste, vor zwei Jahren auf Elba. Die war einfach perfekt. Diese Konsistenz der Sauce ... Nicht zu dick, nicht zu flüssig, nicht zu fettig. Perfekt!

### 2 Wer bestimmt bei Ihnen zu Hause, was gegessen wird?

Zu 100 Prozent unsere Kinder. Die beiden werden im Sommer fünf und sieben Jahre alt. Bei uns gibt es momentan vieles nicht mehr zu essen, weil sie es einfach nicht mögen. Als sie noch jünger waren, war das noch anders – da gab es etwa auch Muscheln, da war der Speiseplan noch offener. Aber jetzt stehen da eine Handvoll Gerichte drauf und das war es. Einmal pro Woche etwa fix Ramensuppe, viele Nudeln, viel Schnelles. Wenn wir draußen unterwegs waren, dann muss das Essen einfach sofort fertig sein, da können wir nicht eine Stunde lang kochen. Wobei ich einen Vorsatz habe, der vielleicht helfen wird: Tobi sammelt ja Kochbücher, wir haben eine ganze Regalwand voll. Und es ist so schwierig sich von ihnen zu trennen. Ich habe mir deshalb vorgenommen, mit den Kindern jede Woche ein neues Gericht aus den Büchern herauszusuchen und auszuprobieren. Bisher ist das aus Zeitgründen gescheitert, aber ich hoffe, dass wir das bald hinbekommen. Sich wieder einmal Zeit zu nehmen fürs Kochen wäre auf jeden Fall schön, etwa ein Gulasch zu machen.

### 3 Team Süß oder Salzig?

Eindeutig Team Salzig. Wir vergessen sogar oft bei Einladungen aufs Dessert. Dann gibt es halt Steckerleis. Oder wir fragen jemanden, ob er eine Torte oder ähnliches mitbringen kann.

### 4 Welchen Kochtrick sollten alle kennen?

Es ist eine Kleinigkeit, aber mit großer Wirkung: Ich streiche ganz viel Butter auf die Außenseite von Toasts, etwa von einem Schinken-Käsetoast, dann wird erst angebraten. Es ist kaum vorstellbar, was die buttrige Außenseite geschmacklich bewirkt!

### 5 Die Geheimwaffe in Ihrer Küche?

Japanische Kewpie-Mayonnaise. Sie schmeckt so viel besser als andere Mayos. Ich habe sie im Mochi kennengelernt, wir verwenden die wahnsinnig viel. Ihr Geheimnis ist unter anderem, dass nur Eigelb bei der Herstellung verwendet wird, nicht das ganze Ei. Sie macht alles besser, sogar Pizza. Klingt verrückt, ich weiß. Aber wenn es besonders unkompliziert sein soll, gibt es Tiefkühlpizza, die wir dann als Snack in Ketchup und Kewpie-Mayo dippen.

### 6 Was kaufen Sie auf Reisen immer wieder?

Tobis Vater lebt in Kärnten, daher sind wir öfter in Tarvis und Udine. Dort kaufen wir immer Nudeln, Salami, Käse. Die Qualität ist bei diesen Sachen in Italien einfach toll. Natürlich bekommt man das alles bei uns auch, aber es macht Spaß, in einem anderen Land in den Supermarkt zu gehen. Und es ist eine schöne Erinnerung, damit dann zu Hause zu kochen.

### 7 Sind Sie von Einladungen gestresst?

Im Gegenteil, ich genieße das. Wenn man Freunde einlädt, kann auch gar nichts schief gehen, und es muss ja auch nichts perfekt sein. Bei uns ist prinzipiell immer wenig vorbereitet. Der Tisch ist meistens gedeckt, aber wir kochen, wenn die Gäste da sind. Das ist ein Prozess, in den alle eingebunden werden. Der eine macht die Austern auf, der andere schneidet vielleicht das Sashimi. Oder man steht währenddessen in der Küche, plaudert und isst dabei schon einmal etwas. Bei uns wird auch nichts auf Tellern angerichtet und serviert, es kommt einfach alles in die Mitte und man nimmt sich.

### 8 Was macht für Sie einen schlechten Gast aus?

Unter Freunden gibt es so etwas nicht. Ich bin selbst ein sehr unkomplizierter Gast. Es gibt Gastgeber, die sehr aufmerksam sind und immer sofort nachschenken, aber ich warte nicht darauf, bewirtet zu werden und helfe auch gerne mit. Im Restaurant macht für mich einen schlechten Gast aus, wenn Respekt und Höflichkeit fehlen. Das kann ich einfach nicht nachvollziehen.



Mit Freunden ganz unkompliziert essen: So mag es Sandra Jedliczka am liebsten

### 9 Wie sagen Sie Gästen auf nette Art, dass es Zeit ist zu gehen?

So etwas kommt bei uns gar nicht vor. Und ehrlicherweise ist es sowieso eher andersrum: Wir sind selbst diejenigen, die immer am längsten sitzen bleiben und nicht ins Bett wollen.

### 10 Wer inspiriert Sie als Gastgeberin?

Marion Jambor, die Mutter von Luki Mraz. Ihre offene, fröhliche Art macht sie als Gastgeberin aus. Mir ist bei mir selbst wichtig, dass es keine aufgesetzte, gespielte Höflichkeit oder Freundlichkeit ist. Ich muss mir da aber auch nichts vornehmen. Die Gäste, die in unsere Lokale kommen, sind meine Gäste. So, als würde ich zu Hause meine Freunde empfangen. Schade, dass sich das gerade zeitlich nicht ausgeht.

### 11 Der unvergesslichste Restaurantbesuch?

Das beste Schnitzlerl und den besten Kaiserschmarrn habe ich bei Lukas Nagl in der Poststube gegessen. Es war nicht nur das Essen, es waren auch das Ambiente und der Traunsee. Abgesehen davon ist für mich etwas unvergesslich, das nicht in einem Lokal stattgefunden hat. Wir waren letztes Jahr auf einer ganz kleinen Insel vor Göteborg in einem Sommerhäuschen von Freunden zu Gast. Jeden Tag wurden Fisch und Kräfte aufgetischt. Das sind Krabben, die in Salz-Dillwasser gekocht werden, man isst sie ausgekühlt mit Dip und hausgemachtem Brot, mit einer sehr streichfähigen, gesalzenen Butter. Alles dort war besonders.

### 12 Essen, Ambiente oder Service: Was ist für Sie in einem Restaurant am wichtigsten?

All das muss stimmig sein, dann ist es für mich ein gutes Lokal. Es ist schade, dass oft nur eine Sache gut ist. Für uns ist das auch in unseren eigenen Lokalen wichtig, wir leben das. Es ist das Essenzielle am Gastgeben: Dass die Qualität stimmt, das Ambiente stimmt. Dass man sich einfach wohlfühlt und gut isst. Wir versuchen das auch unseren Mitarbeitern zu vermitteln.



Miau!

Es klappt natürlich trotzdem nicht ständig alles. Es gibt immer wieder Defizite, die uns persönlich wahnsinnig stören, die jemand anderem aber vielleicht gar nicht auffallen. Wir arbeiten jeden Tag daran.

### 13 Welches Lokal ist aktuell Ihr Lieblingsort?

Tatsächlich eines unserer eigenen, die Ramen Bar. Tobi und ich haben angefangen, uns auch wieder mal abends zu verabreden und dort kann man spontan hingehen, die Stimmung ist nett, es riecht nach gutem Essen, das Licht ist warm. Es ist gemütlich: weil oder obwohl es eng und klein ist. Meistens bestelle ich Tonkotsu und Gyoza.

In die Mochi Ramen Bar geht sie besonders gerne: „Wenn ich zwei Wochen keine Ramen bekommen habe, werde ich unrund!“

### 14 Von wem würden Sie gerne einmal bekocht werden?

Tatsächlich wünsche ich mir das Jahr für Jahr von Eddi zum Geburtstag. Ich lasse den Wunsch immer wieder vor ihm fallen, aber er steigt nicht darauf ein. Aber ja, davon träume ich: eine Nigiri-Session bei mir zu Hause, mit meinen Freunden und ganz viel Essen. Mal sehen, ob er mir den Wunsch irgendwann doch noch mal erfüllt.



**Ein Lieblingsrezept, das bei Gästen besonders gut ankommt?** Sandra Jedliczka empfiehlt wilden Brokkoli mit Black-Garlic-Aioli aus dem Mochi (übrigens auch ein Favorit der GUSTO-Redaktion). Das Rezept sehen Sie auf S. 70!

# WILDER BROKKOLI BLACK-GARLIC-AIOLI ERDNÜSSE



wairudoburokkori  
kuro nin'niku aiori  
pinattu

ワイルドブロッコリー  
黒ニンニク アイオリ  
ピーナッツ

## 4 PORTIONEN

50 g Salz  
600 g wilder Brokkoli  
Pflanzenöl zum Grillen  
40 g Erdnüsse

## BLACK-GARLIC-AIOLI

100 g Knoblauch  
100 g Pflanzenöl  
100 g Schweinefett

## MAYONNAISE

1 frisches Eigelb (*Größe M*)  
½ TL mittelscharfer Senf  
20 g Reissessig  
125 g Sonnenblumenöl

- 1 Für die Mayonnaise Eigelb, Senf und Reissessig in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verrühren. Ca. ein Viertel des Sonnenblumenöls tröpfchenweise einrühren, bis sich Öl und Eigelb zu einer glatten Creme verbunden haben. Anschließend das restliche Öl in dünnem Strahl langsam unter ständigem Rühren zugießen und so lange aufschlagen, bis eine dickcremige Mayonnaise entstanden ist.
- 2 Für die Aioli Knoblauch schälen und mit Pflanzenöl in einen kleinen Topf geben. Knoblauchzehen bei mittlerer Hitze schwarz werden lassen. Das kann bis zu 1 Stunde dauern, währenddessen ab und zu mit einem Löffel umrühren und darauf achten, dass das Öl nicht zu rauchen beginnt (Temperatur bei Bedarf anpassen). Anschließend das Schweinefett mit einem Pürrierstab unter das Öl mixen. 15 g Knoblauchöl mit der Mayonnaise glatt rühren, bis eine dickcremige Masse entsteht.
- 3 1 l Wasser mit dem Salz aufkochen. Brokkoli darin 1–2 Minuten blanchieren, dann in Eiswasser abschrecken. Brokkoli aus dem Wasser nehmen und gut abtropfen lassen.
- 4 Einen Grillrost bzw. eine Grillpfanne mit Pflanzenöl bestreichen und den Brokkoli auflegen. Von jeder Seite 2–3 Minuten grillen.
- 5 Erdnüsse mit einem Messer fein hacken oder in einem Mörser zerstoßen. Den Brokkoli mit der Black-Garlic-Aioli und den Erdnüssen auf Tellern anrichten und sofort servieren.

## Tipp

Das übrige Knoblauchöl hält im Kühlschrank mehrere Wochen und kann so für mehrere Portionen Aioli verwendet werden.



DUFTSTARS  
ÖSTERREICHISCHER  
PARFUMPREIS  
2023

**GUSTO**  
präsentiert:



# DUFTSTARS ÖSTERREICHISCHER PARFUMPREIS 2023

**Die Wahl der  
herausragendsten  
Düfte des Jahres.**

Von 24. April bis 4. Juni heißt es wieder:  
**„WÄHLEN UND GEWINNEN.“**

Der Publikumspreis zählt schon seit Bestehen der Duftstars zur Königsdisziplin und zur heiß begehrten Trophäe in der Beauty-industrie. Denn hier ist ausschließlich die Meinung der Endkunden gefragt, die sich erneut die sehr persönliche Frage stellen dürfen: „Welcher Duft weckt unvergessliche Erinnerungen und ist Balsam für mein Herz und meine Seele?“

Die Wahl zum besten Print Sujet, TV-Spot und der ansprechendsten Außenwerbung bleibt ebenfalls den KonsumentInnen überlassen, aber auch welche Parfümerie dieses Jahr aufs Siebertreppchen steigen darf. Denn nach wie vor ist man bei den ExpertInnen im Fachhandel am besten beraten und kann sich durch das unendliche Sortiment durchkosten, Neues entdecken und liebgewordene Klassiker wiederfinden.



DAMEN:



- 1 LIBRE EdP YSL
- 2 J'ADORE PARFUM D'EAU DIOR
- 5 FAME EdP PACO RABANNE

HERREN:

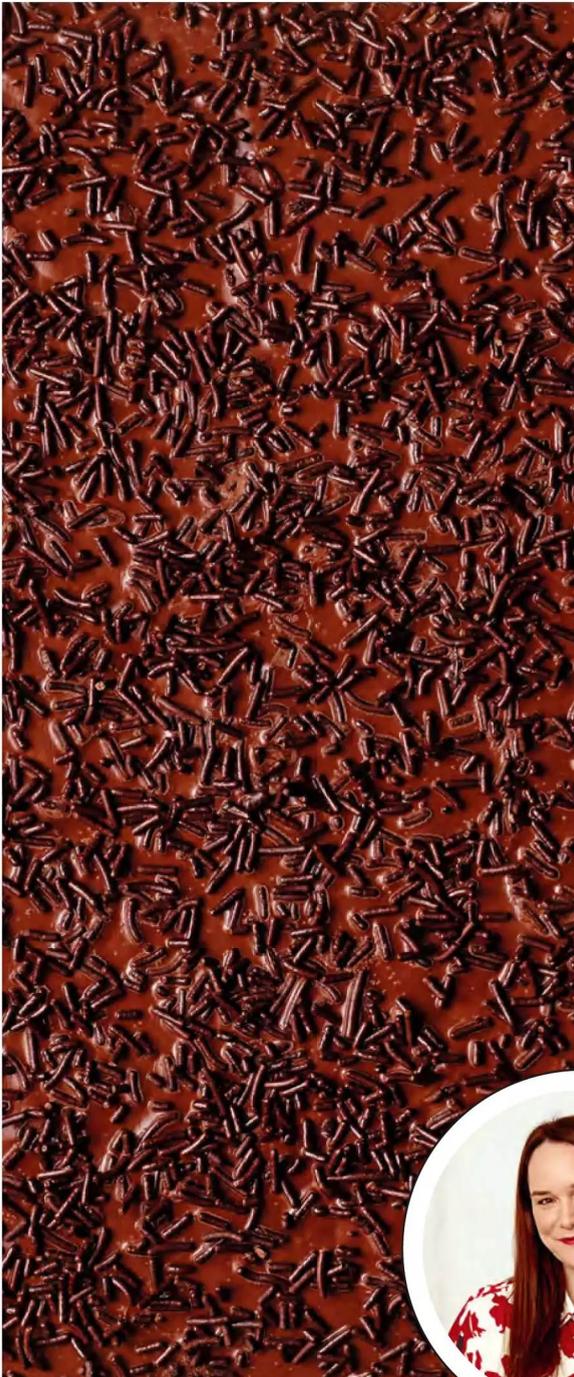


- 1 BLEU DE CHANEL EdP CHANEL
- 2 BOSS BOTTLED EdT HUGO BOSS
- 3 ACQUA DI GIÒ EdT GIORGIO ARMANI
- 4 SAUVAGE EdT DIOR
- 5 LEGEND RED EdP MONTBLANC

Die Hochzeitsbäckerei hat im Burgenland große Tradition und ist der Grund dafür, dass burgenländische Backwaren in ganz Österreich geliebt werden – und das nicht nur auf Hochzeiten, sondern zu jedem großen und kleinen Anlass. Redakteurin Kerstin Grossbauer kommt aus dem Burgenland und verrät in GUSTO jedes Monat ein Geheimrezept ihrer Familie.

**REZEPT:** Kerstin Grossbauer **FOTOS:** Dieter Brasch

REZEPT MIT TRADITION



# Ameisen- Blechkuchen



*Dieser Blechkuchen ist Teil meiner Top-10-All-time-favorites.*

*Aufkommender Naschbunger wird im Nu gestillt, mit wenig Aufwand steht in knapp 1 Stunde ein fertiger Blechkuchen auf dem Tisch.*

*Und dieser Teig ... er ist so saftig und flaumig! Der Ameisenkuchen eignet sich hervorragend als Mitbringsel, weil er gut vorzubereiten ist und sich problemlos von A nach B transportieren lässt.*

**KERSTIN**

150 **STÜCK**, **ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde

## **TEIG**

3 mittlere Eier  
220 g Kristallzucker  
150 ml Rapsöl  
300 g glattes Mehl  
1 Pkg. Backpulver  
150 g Naturjoghurt  
100 ml Milch  
100 g Schokostreusel

## **GLASUR**

100 g Schokolade  
20 g Kokosfett  
50 g Schokostreusel

- 1 Rohr auf 170 °C Umluft vorheizen. Backblech (40 x 30 cm) mit Backpapier belegen.
- 2 Für den Teig Eier und Zucker 5 Minuten schaumig rühren, Öl langsam zugießen. Mehl, Backpulver, Joghurt und Milch untermixen. Schokostreusel untermengen.
- 3 Teig auf dem Backblech verstreichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten backen. Kuchen herausnehmen und auskühlen lassen.
- 4 Für die Glasur Schokolade und Kokosfett über Wasserdampf schmelzen. Glasur glatt rühren und auf dem Kuchen gleichmäßig verstreichen. Kuchen mit Schokostreuseln bestreuen und in 4 x 2 cm große Stücke schneiden.

## TRICK-KISTE

### **Jede Minute zählt**

Durch das fünfminütige Rühren von Eiern und Zucker bekommt der Teig Volumen und wird besonders luftig.

### **Geduld wird belohnt**

Öl langsam und in dünnem Strahl einfließen lassen. So vermischt sich das Fett am besten mit den restlichen Zutaten.

### **Prachtvolle Schönheit**

Der Ameisenkuchen zeigt sich von seiner schönsten Seite, wenn dunkle Schokostreusel verwendet werden.

### **Die Qual der Wahl**

Der Kuchen lässt sich beliebig verfeinern, wunderbar schmeckt er etwa auch mit Nüssen, Kokos, Rosinen oder frischen Früchten.

### **Nachschaun lohnt sich**

Die Oberfläche des Kuchens wird schnell braun. Eventuell nach halber Backzeit mit Alufolie abdecken.

### **Nur keine Verschwendung**

In dem Rezept können Schokoreste verwendet werden. So finden z.B. übriggebliebene Schokohasen noch Verwendung.

### **Perfekt glasiert**

Glasur vor dem Verzieren etwas anziehen bzw. fest werden lassen. Ist die Glasur zu flüssig, versinken die Streusel darin.

### **Immer griffbereit**

Der Kuchen eignet sich prima zum Einfrieren. Vor dem Tiefkühlen in Stücke schneiden. Kuchen auf einem Küchentuch langsam bei Zimmertemperatur auftauen lassen.



# Wraps mit Tofu-Faschiertem

Unser kleiner Küchenstar Alma hat einen genauso hübschen wie köstlichen Partysnack gezaubert. Ihr liebster Arbeitsschritt: den Tofu für die Sauce zerbröseln!

**FOTOS:** Barbara Ster **REZEPT:** Charlotte Cerny

Ich liebe Sojabohnen und im Wiener Bio-Tofu könnte ich mich eingraben!



## GUT ZU WISSEN

### Bio-Tofu aus Wien? Ja! Natürlich

Vier Wiener Bio-Landwirte haben in Kooperation mit Ja! Natürlich das Projekt „Wiener Bio-Sojatofu“ ins Leben gerufen. Im ersten Jahr konnten Stefan Windisch, Stefan Weixlbraun, Michael Niedermayer und das Bio Stadtgut Laxenburg Wallhof gemeinsam rund 100 Tonnen Bio-Soja ernten, Tendenz steigend. Die Soja-Bohnen werden bei der Firma Bio-Agrarservice bis zur Verarbeitung nach Bauern getrennt gelagert und durch die Firma „Evergreen“ der Familie Chu, die sich auf Sprossen und Tofu spezialisiert hat, verarbeitet. Auf jedem Produkt ist der jeweilige Wiener Bio-Soja-Produzent angeführt.

## ALMA

Die Fünfjährige entdeckt die Welt mit viel Neugier, Interesse und Spaß: Sie liebt Tier-Dokus, Hörspiele und Kinder-Jiu-Jitsu. Am liebsten tobt sie sich in ihrem Bastelzimmer kreativ aus und bringt damit ihre Eltern immer wieder zum Staunen. Auch beim Kochen will sie alles ganz genau wissen: Zuhause sitzt Alma manchmal auf der Kücheninsel, schaut zu und kostet dann auch mal ungekochte Nudeln oder rohen Teig ;- ) Ihre Lieblingspeisen sind Papas Spaghetti Carbonara und Schnitzel beim Wirtin.



8 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

2 Avocados  
 Saft von 2 Limetten  
 1 Mozzarella (ca. 125 g)  
 8 kleine Weizen-Tortillas

#### FASCHIERTES

1 Pkg. natur Tofu (Abtropfgewicht ca. 250 g)  
 1 Pkg. Räuchertofu (Abtropfgewicht ca. 200 g)  
 2 EL Olivenöl  
 1 TL Paprikapulver (edelsüß)  
 1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)  
 1 TL Knoblauchpulver  
 1 TL Koriander (gemahlen)  
 1 TL Salz

#### SAUCE

1 große rote Zwiebel  
 3 EL Olivenöl  
 3 Knoblauchzehen (gepresst)  
 1 TL Paprikapulver (geräuchert)  
 1 TL Koriander (gemahlen)  
 1 TL Kreuzkümmel (gemahlen)  
 2 EL Paradeismark  
 120 ml Ananassaft  
 80 g Dosenmais

Salz, Pfeffer

- 1 Rohr auf 200 °C Umluft vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
- 2 Tofus gründlich trockentupfen und zerbröseln. Mit Olivenöl und Gewürzen vermischen und am Blech verteilen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten goldbraun rösten.
- 3 Für die Sauce Zwiebel schälen und würfeln. Im Olivenöl goldgelb anschwitzen. Knoblauch zugeben und mitbraten. Gewürze und Paradeismark unterrühren und kurz mitrösten. Mit Ananassaft ablöschen. Mais zugeben und die Sauce ca. 5 Minuten köcheln lassen.
- 4 Tofu-Faschiertes unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 5 Avocados halbieren, Stein entfernen und das Fruchtfleisch aus der Schale lösen. Mit Limettensaft, Salz und Pfeffer pürieren. Mozzarella in Scheiben schneiden.
- 6 Tortillas in einer trockenen Pfanne beidseitig kurz erwärmen. Mit dem Tofu-Faschierten füllen. Avocado-creme und Mozzarella darauf verteilen.



# Bayern kann

BAYERISCHE SPITZENKÜCHE



# mehr ...

... als nur Bier, Weißwürste und Brezen. Zwölf bayerische Spitzenköchinnen und -köche zeigen in der Fernsehsendung „Wir in Bayern“ und in ihrem gleichnamigen Buch, wie abwechslungsreich in ihrer Heimat gekocht wird. GUSTO haben sie vier ihrer besten Rezepte verraten.

**W**er an bayerische Kulinarik denkt, hat schnell ein spezielles Bild im Kopf. Und das ist höchstwahrscheinlich nicht frei von Klischees. Keine Frage, die Bayern lieben Brezen, Weißwürste und Obazda mindestens genauso sehr wie wir Österreicher Schnitzerl, Frittatensuppe und Apfelstrudel. Aber genauso klar ist auch, dass es mehr zu entdecken gibt. Mehr Abwechslung, mehr Spannendes, mehr Überraschendes. Eben dieses Entdecken haben sich die zwölf Spitzenköchinnen und -köche, die in der Fernsehsendung „Wir in Bayern“ aufkochen, zur Aufgabe gemacht. Von Montag bis Freitag präsentieren sie den Zuschauern ein heimisches Schmankerl, das Lust macht, in die Küche zu springen, den Herd anzuwerfen und sofort loszulegen (*Bayerischer Rundfunk, 16.15 bis 17.45 Uhr*).

Das Küchenteam zeigt sich dabei genauso vielseitig wie die Rezepte. Jede Person steht für eine spezielle Art zu kochen und Kulinarik zu denken: Die Tölzer Schmankerlköchin Michaela Hager haucht etwa Klassikern frischen Wind ein, der Low-Carb-Experte Wolfgang Link zeigt, wie gut sich Veganes und Bayern vertragen (*bestes Beispiel: die Sauerkrauttaler auf S. 86*) und Sternekoch Alexander Huber vom Huberwirt in Pleiskirchen öffnet die

Ihre Fernsehauftritte sind für sie alle auch nach vielen Jahren (*die Sendung feiert 20. Jubiläum*) noch Highlights. „Das Spannende ist ja, dass es eine Livesendung ist“, erzählt Link, der etwa schon einmal bei einem Open-Air-Kochensatz vor einem Gewitter fliehen musste. Nicht das einzige Hoppala: Köchin Franzisca Jacobs schredderte ins Gespräch vertieft versehentlich einen Holzkochlöffel im Thermomix („*Der Moderator meinte nur: ‚Ach, ist ja nicht schlimm, wo gehobelt wird, fallen Späne.‘ Ich bin fast zusammengebrochen vor Lachen.*“). Ebenfalls unvergesslich: die Sendung auf die Ali Güngörmüş vergessen hatte. „Ich war völlig schockiert! Ich hatte nichts vorbereitet, meine Sachen nicht eingekauft. Irgendwie war der Termin aus meinem Kalender gelöscht.“ Auf den Anruf aus der Redaktion folgte Panik: „Ich klaubte schnell Gewürze und was zu Hause noch da war zusammen, sprang ins Auto. Ich kam fünf Minuten vor Sendungsbeginn an. Die Kochjacke hatte ich in der Eile vergessen, die Haare noch etwas wild, Dreitagebart, aber da half nichts mehr, los ging es.“ Manchmal muss man eben etwas improvisieren, am besten mit bayerischer Gelassenheit. **Gusto auf Bayern bekommen? Die besten Rezepte, viele Tipps und noch mehr amüsante Anekdoten finden Sie in „Wir in Bayern“!**

## Ehrlich und bodenständig

bayerische Küche für die Welt (*zu sehen auf S. 84 in Sachen Flanksteak*). Andreas Geitl und Christian Sauer denken wiederum Traditionelles auf erfrischende Art (*siehe etwa das asiatische Backhenderl auf S. 80 oder der Spargel im Bierteig auf S. 82*). Sauer bringt auf den Punkt, wofür die Küche seiner Heimat steht: „Es ist eine ehrliche, unverfälschte, traditionelle und bodenständige Küche. Man schmeckt einfach das, was man auf dem Teller sieht!“

**FOTOS:** EMF / Fanny Edgar  
**TEXT:** Susanne Jelinek



**Wir in Bayern**  
Das Kochbuch  
EMF Verlag, € 30,90

# Asia-Backhendl auf Bratkartoffelsalat

REZEPT VON ANDREAS GEITL

## 4–6 PORTIONEN

### FÜR DAS BACKHENDEL

abgeriebene Schale und Saft von 2 Bio-Zitronen  
1 TL Thai-Currypaste  
je 3 EL Sojasauce und Honig  
2 EL geriebener Ingwer  
1 EL Sesamöl  
2 Knoblauchzehen  
je 2 Hähnchenbrustfilets und -keulen (*mit Haut*)  
Salz, Pfeffer  
4 Eier (*Größe M*)  
2 Eigelb  
100 g Semmelbrösel  
30 g Sesam  
60 g Mehl  
200 g Butterschmalz zum Ausbacken

### FÜR DEN SALAT

150 ml Suppe  
4 EL milder Essig  
175 ml Öl  
1 TL Senf  
Salz, Pfeffer, Zucker  
600 g gegarte Kartoffeln (*vom Vortag*)  
1 rote Zwiebel  
200 g bunte Kirschtomaten  
4 Radieschen  
150 g Blattsalate  
1 EL Butter

- 1** Für das Backhendl eine Marinade aus Zitronenschale und -saft, Currypaste, Sojasauce, Honig, Ingwer und Sesamöl anrühren. Den Knoblauch schälen und dazupressen.
- 2** Die Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in 3–4 cm große Stücke schneiden. Die Hendlstücke rundum salzen und pfeffern, gründlich mit der Marinade mischen und mindestens 6 Stunden, am besten über Nacht, marinieren.
- 3** Für den Salat ein Dressing aus Suppe, Essig, 150 ml Öl, Senf, je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker anrühren. Die Kartoffeln schälen und in ca. 5 mm dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Die Tomaten waschen und halbieren. Die Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden. Die Blattsalate verlesen, waschen und trocken schleudern.
- 4** Die Kartoffelscheiben in einer Pfanne im restlichen Öl mit der Butter und den Zwiebeln braten. Salzen und pfeffern, dann vom Herd nehmen und einen Teil der Bratkartoffeln mit dem Dressing mischen, den Rest zum Servieren beiseitestellen. Tomaten und Radieschen unter die Kartoffel-Dressing-Mischung heben.
- 5** Zum Ausbacken des Hendls die Eier und Eigelbe in einer Schüssel verquirlen. Semmelbrösel und Sesam ebenfalls in einer Schüssel mischen. Das Mehl in eine weitere Schüssel geben. Die Hendlstücke erst im Mehl, dann im Ei-Eigelb-Gemisch und zuletzt im Brösel-Sesam-Mix wenden. Das Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Hendlstücke darin goldbraun ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und nochmals leicht salzen.
- 6** Zum Servieren die beiseitegestellten Bratkartoffeln ebenfalls unter den Salat heben und mit den Blattsalaten auf Tellern anrichten. Das Backhendl dazulegen und nach Belieben mit Bio-Zitronenschnitzen garnieren.





# Spargel im Bierteig mit Sauerrahm

VEGETARISCHES REZPT VON CHRISTIAN SAUER

## 2 PORTIONEN

### FÜR DEN SPARGEL

8 Stangen weißer Spargel  
Salz  
2 EL Speisestärke  
2 EL Mehl  
200 ml helles Bier  
300 g Panko (*asiat. Paniermehl, alternativ Semmelbrösel*)  
Fett zum Frittieren

### AUSSERDEM

200 g Sauerrahm  
Salz, Pfeffer  
etwas abgeriebene Schale von  
1 Bio-Zitrone  
5 Radieschen  
6 Stängel Schnittlauch  
2 EL Sherry-Essig  
2 EL Walnussöl  
Zucker  
1 Schälchen  
Brunnenkresse

- 1 Den Spargel waschen, schälen und die holzigen Enden abschneiden. Die Stangen in kochendem Salzwasser ca. 1 Minute blanchieren. Danach in kaltem Wasser abschrecken und trocken tupfen. Den Sauerrahm mit etwas Salz, Pfeffer und Zitronenschale verrühren.
- 2 Für die Vinaigrette die Radieschen putzen, waschen und klein würfeln. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden. Den Essig mit dem Walnussöl verrühren und mit je 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Radieschen und Schnittlauch zur Vinaigrette geben und alles gut mischen. Ggf. nochmals abschmecken.
- 3 Für den Bierteig die Stärke und das Mehl mit dem Bier in einer Rührschüssel mit einem Schneebesen zu einem dickflüssigen Teig anrühren. Den blanchierten Spargel erst durch den Bierteig ziehen und dann in den Panko-Bröseln wenden.
- 4 Ausreichend Fett in der Fritteuse oder einer Pfanne erhitzen (ca. 180 °C) und den panierten Spargel darin goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen, sofort servieren.
- 5 Zum Servieren die Brunnenkresse verlesen, waschen und trocken tupfen. Den Spargel und den Sauerrahm auf Tellern anrichten und die Radieserl-Schnittlauch-Vinaigrette darüberträufeln. Zuletzt alles mit der Brunnenkresse garnieren.



## NORDISCHE EXTRAVAGANZ

### GERÄUCHERTE MUSCHELN VON SCHENKEL



Schenkel  
SEIT 1883

AUS LIEBE ZUM GUTEN ESSEN  
WWW.SCHENKEL.AT

# Flanksteak mit BBQ-Sauce und Bohnengröstl

REZEPT VON ALEXANDER HUBER

## FÜR DAS FLANKSTEAK

800 g Flanksteak (*vom Rind*)  
1 EL Sonnenblumenöl  
Salz, Pfeffer  
1 TL BBQ-Gewürzmischung  
Rauchsatz, brauner Zucker

## FÜR DIE BBQ-SAUCE

je ½ Chilischote und  
Knoblauchzehe  
300 ml Cola  
300 g Ketchup  
1 TL Meersatz  
1 EL Honig  
1 TL Rauchsatz  
etwas abgeriebene  
Bio-Zitronenschale  
1 cl Whisky  
2 cl Portwein  
10 ml alter Aceto balsamico  
Pfeffer  
Piment d'Espelette  
etwas Sonnenblumenöl

## FÜR DAS GRÖSTL

250 g grüne Bohnen  
Salz  
2 Schalotten  
10 Kirschtomaten  
1 EL Rapsöl  
Zucker  
30 g Butter  
1 EL gehackter Thymian  
30 g Semmelbrösel  
Pfeffer  
etwas Bio-Zitronenschale

- 1 Für das Flanksteak den Backofen auf 100 °C (Umluft) vorheizen. Das Steak zuschneiden und trocken tupfen. Mit dem Öl rundum einreiben und mit Salz, Pfeffer und BBQ-Gewürz würzen. Das Fleisch in einer Pfanne auf jeder Seite scharf anbraten, auf den Ofenrost setzen und im heißen Ofen (Mitte) langsam 5–10 Minuten rosa ziehen lassen.
- 2 Anschließend das Steak herausnehmen, rundum mit Rauchsatz und braunem Zucker bestreuen und mit dem Flambierbrenner bräunen. Wer will, lässt das Fleisch im Ofen bei 50 °C noch ca. 5 Minuten ruhen.
- 3 Für die BBQ-Sauce Chili längs halbieren, ggf. entkernen, waschen und fein hacken. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Cola in einem kleinen Topf mit Chili und Knoblauch auf ca. 100 ml (ca. auf ein Drittel) einkochen. Die Colamischung mit den übrigen Zutaten, bis auf das Öl, in einen Mixer geben und alles kräftig pürieren. Zuletzt das Öl unter die Sauce rühren.
- 4 Für das Gröstl die Bohnen waschen und putzen, größere Exemplare in dünne Scheiben schneiden. In kochendem Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Inzwischen die Schalotten schälen und fein würfeln. Tomaten waschen und halbieren.
- 5 Die Schalotten in einer Pfanne im Öl anschwitzen, die Bohnen dazugeben, mit Salz und wenig Zucker würzen. Dann Tomaten und Butter unterrühren und kurz mitrösten. Thymian und Semmelbrösel dazugeben und ebenfalls mitrösten. Zuletzt mit Pfeffer und Zitronenschale würzen.
- 6 Zum Servieren das Flanksteak aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. Mit dem Bohnengröstl auf Tellern anrichten. Die BBQ-Sauce dazureichen und nach Belieben alles mit gestoßenem Pfeffer, Thymian und Rosmarin sowie Kartoffelchips und Zwiebelringen garnieren.



# Sauerkrauttaler mit Salzrettich und Cremepilzen

VEGANES REZEPT VON WOLFGANG LINK

## 4 PORTIONEN

### FÜR DIE SAUERKRAUTTALER

250 g Quinoa  
200 g Sauerkraut *(aus Glas oder Dose)*  
100 g Schalotten  
500 ml vegane Gemüsesuppe  
Salz, Pfeffer  
8 EL Rapsöl  
30 g geriebener Kren  
30 g Chia-Samen  
½ TL gemahlener Kümmel

### FÜR DEN SALZRETTICH

1 Rettich *(schwarz, weiß oder rot; alternativ Radieschen)*  
1 Frühlingszwiebel  
Salz, Pfeffer  
1 EL Rapsöl  
1 EL Aceto balsamico bianco

### FÜR DIE CREMEPILZE

600 g braune Champignons  
5 Schalotten  
4 EL Olivenöl  
2 EL Mehl  
250 ml vegane Gemüsesuppe  
Salz, Pfeffer  
250 g Sojacreme Cuisine  
3 TL mittelscharfer Senf

- 1 Für die Sauerkrauttaler Quinoa in einem Sieb kalt abbrausen und abtropfen lassen. Das Sauerkraut in ein Sieb geben und gut ausdrücken, grob zerkleinern und in eine Schüssel geben. Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Suppe in einem Topf kurz aufkochen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Quinoa dazugeben und offen bei mittlerer Hitze 5–8 Minuten garen, bis die Suppe vollständig aufgesogen ist. Inzwischen die Schalotten in einer Pfanne in 2 EL Öl glasig dünsten, vom Herd nehmen.
- 2 Für den Salzrettich den Rettich putzen, waschen und auf der Gemüse-reibe in dünne Scheiben hobeln. Die Frühlingszwiebel waschen, putzen und in Ringe schneiden. Beides mit Salz, Pfeffer, Öl und Essig mischen.
- 3 Gegarten Quinoa vom Herd nehmen, mit einer Gabel auflockern und etwas ausdampfen lassen. Sauerkraut, Schalotten, Kren und Chia-Samen zum Quinoa geben. Alles gut mischen und mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen 12–16 Taler formen. Das restliche Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen und die Taler darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4–5 Minuten braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 4 Für die Cremepilze die Pilze trocken abreiben, putzen und in Scheiben schneiden. Die Schalotten schälen und fein würfeln. 3 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin leicht goldbraun anbraten. Die Schalotten dazugeben und glasig dünsten. Restliches Öl sowie Mehl hinzufügen und eine Mehlschwitze zubereiten. Alles mit der Suppe ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Sauce bei mittlerer Hitze noch 2–3 Minuten köcheln lassen. Zuletzt Sojacreme und Senf unterrühren und alles nochmals erhitzen.
- 5 Zum Servieren die Sauerkrauttaler mit dem Salzrettich und den Cremepilzen auf Tellern anrichten.





# Österreichs beliebteste Lebensmittelhändler 2023

Österreich zählt zu den Ländern mit der höchsten Filialdichte an Supermärkten in Europa – dadurch ist die Konkurrenz um die Gunst der Kunden natürlich hoch.

Wie zufrieden die Kunden unterschiedlicher Lebensmittelhändler u.a. mit dem Preis-Leistungs-Verhältnis und dem angebotenen Service und Sortiment sind, hat die ÖGVS – Gesellschaft für Verbraucherstudien nun mittels einer Kundenbefragung genauer untersucht.

GESAMTWERTUNG	
MARKE	IN PUNKTEN
INTERSPAR	6,52
Lidl	6,38
HOFER	6,36
SPAR	6,35
EUROSPAR	6,35
BILLA PLUS	6,32
BILLA	6,08
ADEG	6,01
MPREIS	5,97
PENNY	5,95
Unimarkt	5,75
Nah&Frisch	5,74

## SO WURDE GETESTET

Das Kundenurteil setzt sich aus Bewertungen in den folgenden Teilkategorien zusammen, die mit unterschiedlicher Gewichtung in die Gesamtwertung eingingen:

- Frische & Qualität (25% des Gesamtwerts)
- Preis-Leistungs-Verhältnis (25% des Gesamtwerts)
- Ambiente (15% des Gesamtwerts)
- Sortiment (15% des Gesamtwerts)
- Kundenvertrauen (10% des Gesamtwerts)
- Service (10% des Gesamtwerts)

## INTERSPAR MIT DER BESTEN GESAMTBEWERTUNG

Den ersten Platz in der Kundenbefragung belegte Interspar. Das Unternehmen, das in Österreich mit mehr als 77 Filialen und rund 10.000 Mitarbeitenden vertreten ist, erzielte die besten Bewertungen in den Kategorien Sortiment, Frische & Qualität, Ambiente und Kundenvertrauen.

Der Lebensmittelhändler Lidl, der seit 1998 in Österreich vertreten ist, sicherte sich den zweiten Platz im Beliebtheits-Ranking und erzielte die beste Bewertung in der Kategorie Preis-Leistungs-Verhältnis, sowie herausragende Bewertungen in den Kategorien Service, Sortiment und Kundenvertrauen.

Ebenfalls in den TOP 3 der Gesamtwertung findet sich Hofer wieder. Das Unternehmen, das in Österreich über 530 Filialen hat, erzielte in der Kategorie Service die beste Bewertung, sowie herausragende Bewertungen in den Kategorien Preis-Leistungs-Verhältnis, Frische & Qualität sowie Kundenvertrauen.

## ZUR UMFRAGE

Durchgeführt wurde die panelbasierte Kundenbefragung im Zeitraum 12/2022. Selektionskriterium für die Teilnahme war, dass die Befragten innerhalb der letzten zwei Jahre beim jeweiligen Lebensmittelhändler eingekauft haben. Ausgewiesen wurden nur Anbieter, für die mindestens 100 Bewertungen vorlagen. Die Bewertungen selbst erfolgten auf einer 8-stufigen Skala. Insgesamt wurden 1.432 Bewertungen abgegeben. Die Detailergebnisse der Befragung sind gegen eine Schutzgebühr von 1.155 EUR zzgl. USt. bei der ÖGVS (info@oegvs.at) erhältlich.

Foto: iStockphoto.com

# Living

## Unser Leben draußen

Endlich wieder Sonne, endlich wieder Wärme! Höchste Zeit also, den Alltag ins Freie zu verlegen. Welche Accessoires es für wohnliches Ambiente auf Balkon und Terrasse braucht und worauf wir uns freuen.



# Unser Leben draußen

Endlich sind die langen Wintermonate Vergangenheit, Körper und Geist wollen sich die verdiente Dosis Vitamin D abholen.



**G**lücklich all jene, die über Balkon, Terrasse oder Garten verfügen, denn auch die sind Wohnraum. Ein Stück weit rückt der Wohnbereich alljährlich also bereits im Frühjahr hinaus auf ein paar zusätzliche Quadratmeter. Und die haben es in sich, ist ein Balkon doch ein wahres Multitalent in Sachen Funktionalität. Was in den kalten Monaten oftmals als erweiterter Kühlschrank oder Stauraum herhalten muss, fungiert, sobald die ersten Sonnenstrahlen wärmen, als verlängertes Wohnzimmer, Küche oder Garten und Gewächshaus.

So lässt sich mit ein paar gemütlichen Gartenmöbeln und -polstern sowie Lampen und Kerzen mit verhältnismäßig geringem Aufwand ein sehr ansprechendes Ambiente gestalten. Je nach Wohnort und etwaigen Vereinbarungen mit den Anrainern eröffnen ein Gas- oder Kohlegrill gänzlich andere Möglichkeiten der Essenszubereitung, als sie in einer herkömmlichen Küche Standard sind. Wenn der Salat und die Gewürzkräuter dann auch noch selbst gezogen sind und direkt neben dem Grill gedeihen, fühlt sich der Balkon beinahe schon an wie der Garten des eigenen Hauses.

Rücksicht nehmen heißt es bei der kreativen Gestaltung jedoch auf die Lage der Freifläche. Was im Frühjahr oder Herbst als angenehm empfunden wird, kann sich im Hochsommer als unerträglich erweisen. Nach Süden gerichtete Balkone und Terrassen sollten für diese Monate unbedingt mit einem geeigneten Sonnenschutz versehen werden, um dem entgegenzuwirken. Andererseits fangen ostseitige Flächen zwar die ersten Sonnenstrahlen des Tages ein, liegen aber bereits sehr bald danach im Schatten, was wiederum einigen Zierpflanzenarten wie der Margarine oder dem Buchsbaum entgegenkommt. Nordseitige Freiflächen liegen nicht ideal, fangen sie doch verhältnismäßig wenig Licht ein, eignen sich aber dennoch für Mußestunden im Freien und für den Anbau von Radieschen und Himbeeren. Westseitige Loggien hingegen sind eine Sache für Romantiker und Abendmenschen. Sie bekommen die Nachmittagsstrahlen der Sonne ab und sind der perfekte Ort, um sich den Afterwork-Sundowner in den passenden Lounge Möbeln zwischen Salbei und Bambusgewächsen zu gönnen. <<

# LOBERON

COMING HOME

**15€**  
**GESCHENKT\***  
NUR BIS 14.06.2023  
CODE:  
GUSTO23

IHR ONLINE-SHOP FÜR INSPIRIERENDE MÖBEL, WOHNACCESSOIRES UND -TEXTILIEN



Jetzt kostenlos den neuen Katalog anfordern unter [loberon.at](https://loberon.at)

\*Mindestbestellwert 60 €. Nicht mit weiteren Aktionen kombinierbar. Es besteht ein Widerrufsrecht (21 Tage).  
Nicht anwendbar beim Kauf eines Geschenkgutscheins. Anbieter: LOBERON GmbH





## Macht Stimmung

Mit ihren metallischen Effekten und der durchbrochenen Ornamentik ist die wunderschöne Laterne im Innen- und Außenbereich ein Hingucker. Sie ist etwa 27 Zentimeter hoch und aus Eisen. Durch das Design schimmert Kerzenlicht besonders romantisch. Tipp: Statt einer Kerze aus Wachs kann man auch eine LED-Kerze verwenden. **Um ca. 20 Euro über [butlers.at](http://butlers.at)**



## Ist bequem

Wasserabweisendes Dralon macht die hübschen Kissen aus der Serie „Yucatan“ zu perfekten Outdoor-Accessoires. Sie sind pflegeleicht, verfügen über Fleckenschutz und sind bis 30 Grad waschbar. Die weichen Kissen schaffen sofort ein gemütliches Ambiente auf Terrasse, Balkon und im Garten. **Um ca. 35 Euro über [hock-dich-hin.de](http://hock-dich-hin.de)**



## Zum Abhängen

Der Kingsize-Hängesessel „Brasil“ wurde tatsächlich in Brasilien hergestellt – in Handarbeit. Er lädt dazu ein, die Seele baumeln zu lassen. Zum Aufspannen wird ein Holzstab mitgeliefert, der ein Verrutschen der Seile nach innen verhindert. Top für den Garten – dank separat erhältlicher Aufhängvorrichtungen ist dafür nicht einmal ein Baum nötig.

**Um ca. 80 Euro über [amazonas-online.com](http://amazonas-online.com)**

# Diese Accessoires machen draußen zum neuen Drinnen

## Heizt ein

Die Outdoor-Feuerstelle „Greta“ sorgt nicht nur für stimmungsvolle Erleuchtung und Wärme im Garten oder auf dem Balkon und der Terrasse, sondern ist auch mit einem Gitterrost ausgestattet. Das verwandelt sie in einen Grill, der auch in Sachen Design stark ist. **Um ca. 85 Euro über [westwingnow.at](http://westwingnow.at)**



Die nächsten „Gartenlust“-Messen mit zahlreichen Inspirationen finden von **12. bis 14. Mai** in Schloss Lackenbach/Burgenland und von **18. bis 21. Mai** in Schloss Wundschuh/Steiermark statt.



## Schafft Platz

„Keno“ ist ein hübscher Balkontisch, der ganz einfach hinuntergeklappt werden kann, wenn man ihn gerade einmal nicht braucht. Dadurch nimmt er nichts von der wertvollen Balkonfläche weg, sondern schafft bei Bedarf zusätzlichen Platz.

**Erhältlich um ca. 130 Euro über [depot.at](http://depot.at)**



## Hat Stil

Sie trägt den Namen „Firenze“ und ist ebenso stilsicher, wie man das Italienerinnen nun mal nachsagt: Die Rede ist von einer luftigen Tunika aus weichem Baumwoll-Voile. Mit Kordelzug und V-Ausschnitt ist sie bei besonders warmem Wetter eine ideale Wahl für draußen verbrachte Tage.

**Um ca. 70 Euro über [pipstudio.de](http://pipstudio.de)**

## Stimmt fröhlich

Dank seiner Strapazierfähigkeit ist der Teppich „Mahakam“ hervorragend für den Außenbereich geeignet. Hergestellt aus bis zu 875 recycelten Plastikflaschen ist er zudem super einfach zu reinigen. Die frischen Farben sorgen zudem für eine gelassene Stimmung.

**Um ca. 400 Euro über [limelace.co.uk](http://limelace.co.uk)**



# GartenLust



Die Gartenmesse-Serie „GartenLust“ findet regelmäßig in den schönsten Schlossgärten Österreichs statt, eingekauft wird dabei bei kleinen Händlern.

**E**inkaufen wie früher, mit dem Verkäufer tratschen, sich in Ruhe informieren, fachsimpeln und dann etwas Besonderes kaufen? Dabei nicht durch sehr ruhige Innenstädte, vorbei an Kaufhausketten, oder durch Shoppingmalls traben, sondern durch die schönsten Schlossparks Österreichs spazieren, sich unter uralten Bäumen erholen, prächtige Schlösser umrunden und besichtigen und sich für einige Stunden wie ein Royal fühlen? Dann sind Sie bei der „GartenLust“ richtig!

### Wo einkaufen zur Freude wird

Bei den größten und schönsten Verkaufsausstellungen dieser Art in ganz Österreich bieten regelmäßig zwischen 120 und 200 Produktionsgärtner, Kunsthandwerker, Verkäufer von Gartenmöbeln und schönen Accessoires ebenso wie Hersteller/Verkäufer von ausgefallenem Schmuck und Textilien, auch von besonderer Kulinarik, ihre hochwertigen Produkte an.

Um dieses besondere Einkaufserlebnis noch zu komplettieren, gibt es Fachvorträge zu interessanten Themen, Tipps und Infos von den Ausstellern, ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für Kinder und Live-Musik, die nie stört, aber immer gefällt. Wer das alles schätzt und so unvergessliche Stunden an den schönsten Plätzen Österreichs verbringen will und dabei Hübsches vor allem für den Garten einkaufen will, ist bei der „GartenLust“ bestens aufgehoben.

Der Eintritt kostet zehn Euro, weitere Infos und Ausstellerverzeichnisse finden sich auf [gartenlust.eu](http://gartenlust.eu).

# Saubererer Sommer

**SAISONAL.** Wenn sich das Leben wieder zwischen drinnen und draußen abspielt, gibt es tatsächlich einige Flecken und Verschmutzungen, die dann wieder Hochsaison haben. So entfernt man diese entspannt.

## Grasflecken Gallseife

Beim Spielen und Toben passiert es schon mal: Grasflecken sind die häufigste Fleckenart, sobald es wieder wärmer wird. Betroffene Kleidungsstücke einfach damit einreiben, zwei Stunden einziehen lassen, dann so heiß, wie es das Kleidungsstück erlaubt, in der Waschmaschine waschen.



## Kernöl und Tomaten Sonne

Wir lieben Kernöl wegen seines kräftigen Geschmacks im Salat – auf Textilien allerdings weniger. Passiert eine Kernöl-Katastrophe, muss man aber nicht verzweifeln. Am besten, man hängt das betroffene Kleidungsstück einfach für einige Stunden in die pralle Sonne. Danach waschen. Warum es funktioniert? Das „flüssige Gold“ der Steiermark reagiert empfindlich auf UV-Licht. Darum hat der Salat mit Kernöl auch nichts in der Sonne verloren! Genauso verhält es sich übrigens mit Tomatenflecken.

## Deoflecken Zitronensäure

Wer auf weißer Kleidung gelbliche Deo-Ränder entdeckt, löst einfach drei Esslöffel Zitronensäure-Pulver in einem Liter Wasser auf. Über Nacht dann die Kleidung einweichen, dann wie gewohnt in die Waschmaschine. Zitronensäure bleicht, deswegen nimmt man bei bunten oder dunklen Kleidungsstücken eine Mischung aus einem Esslöffel Essigessenz und zwei Litern Wasser.

## Rotweinflecken Zitronensaft und Salz

Eben noch im Glas, schon auf der Tischdecke. Wer Rotwein verschüttet, verteilt am besten zuerst reichlich Zitronensaft auf dem Stoff. Danach kommt noch Salz drauf. Etwa zehn Minuten einwirken lassen, dann auswaschen.



## Sonnencreme Geschirrspülmittel

Die fettige Konsistenz von Sonnencreme macht sie vermeintlich zum Endgegner in Sachen Fleckentfernung. Aber nur vermeintlich, denn Geschirrspülmittel ist Sonnenschutz schutzlos ausgeliefert. Dafür die betroffene Stelle mit „Spüli“ einreiben und gründlich auswaschen.

# Kobold statt Heinzelmännchen

**REINIGUNGSREVOLUTION.** Das brandneue Kobold-VK7-Reinigungssystem sorgt nicht nur selbstständig für saubere Böden, es revolutioniert die Art, wie wir künftig putzen.

**M**ilch und Schokolade, Gin und Tonic: Manche Verbindungen sind mehr als gut, sie sind genial. So wie im Fall des neuen Kobold-VK7-Reinigungssystems. Es besteht aus dem VK7-Akkustaubsauger und dem VR7-Saugroboter. Letzterer erledigt seine Aufgaben selbstständig und dank intelligentem Fahrwerk und hoher Saugleistung auch makellos. Autonom kümmert er sich mühelos um die Reinigung von Hartböden und Teppichen. Mittels der intuitiven MyKobold-App lassen sich seine „Arbeitszeiten“ individuell an den eigenen Lebensstil anpassen. Während er saugt, widmen wir uns sorglos den schöneren Dingen des Lebens. Und für die intensive Polster- und Oberflächenreinigung ist der VK7-Akkustaubsauger unsere Geheimwaffe. Eine gemeinsame Servicestation vereint das eingespielte Team. Zusammen mit dem passenden Zubehör, etwa Elektrobürste, Saugwischer, Elektro-Polsterbürste oder



Hartbodendüse, sind die beiden Geräte einfach unschlagbar. Ebenfalls top: Das flexible System ist komplett akkubetrieben und in puncto Innovation und Design seiner Zeit voraus. [vorwerk.at](http://vorwerk.at)

Foto: Sophie Baller

Thermomix® TM6  
**Limited Edition** in  
Diamantschwarz.

[www.vorwerk.at](http://www.vorwerk.at)



**thermomix**  
VORWERK

140  
VORWERK

# Sonne? Maßgeschneidert!

**ABGESCHIRMT.** Wir lieben die Sonne, ist sie doch Lebensspenderin und wichtige Vitamin D-Quelle – in Maßen genossen, versteht sich.

**E**ine der schönsten Seiten am Sommer ist mit Sicherheit das tolle Wetter. Doch die Sonne stimmt uns nicht nur fröhlich und wärmt uns – sie kann auch Schäden anrichten und so manche Terrasse oder so manchen Balkon zu einem „Hotspot“ machen. Glücklicherweise gibt es mittlerweile zahlreiche durchdachte Systeme, die draußen für herrlich kühlen Schatten sorgen, uns vor neugierigen Blicken abschirmen und das Licht in Innenräumen angenehm dimmen. Neben Markisen, egal, ob freistehend oder montiert, bringt auch Sonnenschutz am äußeren Fenster ersehnte Kühlung. Hitze und grelles Licht gehören der Vergangenheit an, sie bieten optimalen Blickschutz, können dabei helfen, die Heizkosten zu senken, und erschweren Einbrechern ihre „Arbeit“ immens.

Foto: iStockphoto



Für Puristen eignen sich Lösungen, die am inneren Fenster angebracht werden. Klassische Rollos, Innenjalousien, Faltsstores, Flächenvorhänge und Vertikaljalousien bieten sich für kreatives Lichtmanagement an. Moderne Produkte unterstreichen das Interieurdesign durch ihre ästhetische Optik zusätzlich. Wichtig, damit alles passt: Unterstützung vom Profi anfordern! <<



SCHÖNES SCHATTENDASEIN  
AUF DER TERRASSE

[www.woundwo.com](http://www.woundwo.com)

**WOUNDWO**  
SUNLIGHT DESIGN

Stufenlos ein- und ausfahren:  
Mit Gelenkarmmarkisen von **WOUNDWO** kurbeln Sie auf Ihrer Terrasse den Wohlfühlfaktor an – natürlich auch smart bzw. motorbetrieben.  
Made in Austria.



**AUSTRIA** Stoffe checken, Ausführungen finden und Schattendasein genießen – entdecken Sie die gesamte **WOUNDWO**-Produktvielfalt, sowie einen Fachhändler in Ihrer Nähe auf: [www.woundwo.com](http://www.woundwo.com)



# Apfelmus

Ob klassisch zu Erdäpfelpuffern, als Nachspeise, im Kuchen, pur oder auch zum Sauerbraten oder der Weihnachtsgans: Apfelmus ist ein Allrounder der hiesigen Küche, der sich bei Jung und Alt großer Beliebtheit erfreut.

Ein weiterer Vorteil: Das Mus enthält Vitamin C und ist zugleich fett-, salz- und kalorienarm. Welche von insgesamt neun in Österreich gängigen Apfelmus-Marken den höchsten Genuss verspricht, hat die ÖGVS – Gesellschaft für Verbraucherstudien nun in Kooperation mit der Universität für Bodenkultur Wien (BOKU) ermittelt.

APFELMUS

GESAMTWERTUNG TOP 3 (ohne Zuckerzusatz)		
NOTE	MARKE	IN PUNKTEN
1,0	Zurück zum Ursprung Bio-Apfelmus aus Golden Delicious	6,53
1,5	Ja! Natürlich Bio-Apfelmus aus Golden Delicious	6,08
1,6	Clever Apfelmus fein passiert	5,98

GESAMTWERTUNG TOP 3 (gesüßt)		
NOTE	MARKE	IN PUNKTEN
1,0	efko Apfelmus 100% aus Golden Delicious	7,99
2,8	Clever Apfelmus fein passiert gesüßt	5,85
3,2	Freshona Apfelmus leicht gezuckert	5,41

## SO WURDE GETESTET

Die vom Institut für Lebensmittelwissenschaften der Universität für Bodenkultur Wien durchgeführte Untersuchung gliedert sich in zwei Teile. In einem ersten Schritt unterzogen sensorisch geschulte Prüfer die Produkte einer Quantitativen Deskriptiven Analyse. Zunächst wurden 23 produktspezifische sensorische Merkmale der Kategorien Aussehen, Geruch, Geschmack, Textur sowie Mundgefühl und Nachgeschmack festgelegt, anhand derer die Apfelmus-Proben beschrieben werden konnten. Anschließend quantifizierten die Prüfer für jedes Produkt die Intensitäten dieser Merkmale und erstellten für alle untersuchten Marken ein spezifisches sensorisches Produktprofil.

Auf Basis dieser intensiven und systematisierten Auseinandersetzung mit der Produktgruppe nahmen die Prüfer in einem zweiten Schritt eine Beurteilung der Qualität in allen sensorischen Wahrnehmungsgruppen sowie eine Gesamtbewertung für alle untersuchten Marken vor.

— Die Prüfung fand im Sensoriklabor des Departments für Lebensmittelwissenschaften und -technologie der Universität für Bodenkultur Wien statt.

## TESTSIEGER

In der Riege der Produkte ohne Zuckerzusatz belegte das Mus von Zurück zum Ursprung den ersten Platz in der Gesamtwertung. Die Bio-Marke aus dem Hause Hofer präsentierte sich als cremigste aller untersuchten Varianten und wies von allen ungezuckerten Produkten den süßesten Geschmack auf, während bittere Noten nahezu nicht wahrnehmbar waren. Apfel-Geruch und -Geschmack waren deutlich definiert.

Etwas saurer sowohl beim Geruch als auch beim Geschmack war das Ja! Natürlich Bio-Apfelmus aus Golden Delicious, das sich in der Teilgruppe „ohne Zuckerzusatz“ auf Rang zwei platzierte. Insgesamt zeigte die Bio-Marke von Rewe jedoch keine sensorischen Auffälligkeiten, sondern wusste mit einem ausgewogenen Profil zu überzeugen.

Unter den gesüßten Apfelmus-Produkten sicherte sich das efko Apfelmus 100% aus Golden Delicious mit deutlichem Abstand den ersten Platz. Das Mus des Traditionsunternehmens aus Eferding führte dabei sowohl in den Teilkategorien Geruch, Geschmack, Textur, Mundgefühl als auch Nachgeschmack das Feld an. Keine andere Probe schmeckte so intensiv nach Apfel wie das efko-Mus.

Auf den weiteren Plätzen in der Gruppe „ohne Zuckerzusatz“ folgten die Produkte von Clever, Ein gutes Stück Heimat, Spar und efko; in der Gruppe „gesüßtes Apfelmus“ die von Clever und Freshona.



# TISCHGESPRÄCH

Ob Small oder Deep: Hauptsache Talk! Unsere Fragen bringen alle am Tisch sofort ins Gespräch. Leicht, unterhaltsam, inspirierend: Vielleicht beantworten Sie sie ja auch gleich für sich selbst ...



*Welche Eissorte gehört zum Sommer einfach dazu?*



*Laut einer britischen Umfrage fühlen sich Männer beim Grillen ganz besonders attraktiv. Stimmen Sie zu?*

*Haben Sie ein liebstes Kochfeld am Herd?*



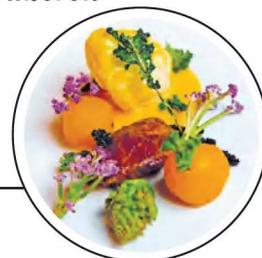
*Wen würden Sie gerne einmal bekochen?*



*Schube an oder aus: Wie halten Sie es mit Ihren Gästen?*



*Von welchem früheren Restaurantbesuch schwärmen Sie bis heute?*



*Wie sagen Sie einem Gast mit „Sitzfleisch“, dass es Zeit ist zu gehen?*

## VORSCHAU

*Alles, was Ihre Grilleinladungen noch besser macht, Sommersalate, Süßes für warme Tage & vieles mehr*

Das nächste  
**GUSTO**  
erscheint am  
**15. JUNI**

woman  
**Balance**

Wenn Sie jetzt  
die *Augen schließen*  
würden, wie viel  
könnten Sie über Ihre  
Umgebung *sagen?*

Achtsam zu leben, ist ein Prozess, eine Haltung, ein Lebensziel.  
Vertiefen Sie Ihre Reise zu sich selbst mit **WOMAN Balance**.

[womanbalance.at/world](https://womanbalance.at/world)

MAGAZIN • PODCAST  
EVENTS • NEWSLETTER  
KURSE • GOODIES



# Easy cheesy cake!



Jetzt  
NEU!



Kuh-R-Code  
scannen!



Bleib frisch.