

Cooking

Cooking

ÖSTERREICHS GRÖSSTES WÖCHENTLICHES KOCH- UND GENUSS-MAGAZIN

SIGNATURE DISHES

*Spitzenkoch
Eyal Shani
verrät seine
Rezepte*

AB AUF DEN GRILL

*Fisch und
Meeresfrüchte*

EIS-TRIO

*Sommer,
Sonne,
Eis am Stiel*

Hallo Himbeere

Pavlova, Windbeutel und vieles mehr!





Das Marktamt will nicht irgendein Fischrestaurant sein, sondern das beste – mit den köstlichsten Speisen, der angenehmsten Atmosphäre und dem besten Service. Überzeugen Sie sich selbst! Wir freuen uns auf Sie!

***Das vermutlich beste Fischrestaurant Österreichs.
Und das noch dazu im Herzen von Baden bei Wien.***

Das Marktamt liegt am Meer

Sie lieben Fisch, Meeresfrüchte und den Geschmack von Urlaub am Wasser? Dann sind Sie im Marktamt auf dem Brusattiplatz in Baden genau richtig, denn hier werden Sie mit dem Besten aus dem Meer und aus heimischen Seen verwöhnt.

Ob allein oder mit Familie und Freunden, ob für ein schnelles Mittagessen, einen gemütlichen Brunch oder ein entspanntes Abendessen – im Marktamt sind Sie immer willkommen. Schauen Sie vorbei – das Team rund um Markus Trocki freut sich auf Sie und erwartet Sie mit frischen Austern, Hummer, Garnelen, Oktopus und weiteren Meeress fischen. Hummer und Austern kommen lebend und handselektiert auf

dem schnellsten Weg in Das Marktamt. Dort werden sie in einem Salzwasserbecken bei sieben bis neun Grad Celsius unter optimalen Bedingungen gehalten, um sie Gästen frisch servieren zu können. Aus Kärntner Seen frisch auf den Tisch kreidet Das Marktamt Biosaiblinge. Eine zart geräucherte Köstlichkeit, die garantiert auf der Zunge zergeht, verrät Markus Trocki und lädt zu sich ein: „Nehmen Sie Platz, und fühlen Sie sich wie zu Hause! Im Marktamt verwöhnen wir Sie mit Köstlichkeiten aus den Meeren dieser Welt und aus glasklaren österreichischen Seen. Wir, Markus und Dawn, sind im Marktamt Ihre Gastgeber. Hier

Info & Kontakt

Das Marktamt
Brusattiplatz 5, 2500 Baden
Tel. 02252 256 930
meintisch@marktamt.at
für Sie da: Di–So 11–22.30 Uhr
www.marktamt.at

M
Marktamt

haben wir nach Jahren des Reisens unsere kulinari sche Mitte gefunden und lassen unsere Erfahrungen nun in köstliche Gerichte rund um das Haupt thema Fisch einfließen.“

Markus Trocki,
Inhaber.



Editorial



Happy Friday!

Steht der Grill einmal bereit, läuft er – wie soll es auch anders sein – auf Hochtouren. „Vom Wasser auf den heißen Rost“ lautet das dieswöchige Thema zum genussvollen Geschehen unter freiem Himmel. Riesen-garnelen, Oktopus und Co. – mal im Burger oder auf Reis und Gemüse gebettet, die eine oder andere Kreati-on sorgt für Mittelmeerfeeling am Grillteller.

Mediterran ist auch das treffende Stichwort für die Kreationen der israelischen GastrogröÙe **Eyal Shani**. Die beiden Hotspots Seven North und Miznon sind aus der Wiener Foodieszene nicht mehr wegzudenken. Der sogenannte „King of Cauliflower“ hat COOKING drei Signature Dishes verraten!

Nach all den herzhaften Köstlichkeiten darf natürlich die wohlverdiente Nascherei nicht fehlen: Diesmal sorgen **Himbeere** und **Eis am Stiel** für den perfekten süßen Abschluss.

Lassen Sie es sich schmecken und genießen Sie die Sommertage!

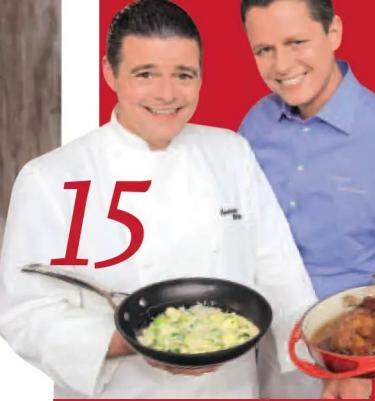
Natalie Ezzo
Chefredakteurin
n.ezzo@oe24.at

Inhalt Cooking 24

6 VOM WASSER AUF DEN GRILL.
Diesmal lan-den Fisch und Meeresfrüchte auf dem heißen Rost!

**12**

SUSHI-LIEBE. Zelebrieren Sie mit unserem raffinierten Trio den Welt-Sushi-Tag!

15**24**

H WIE HIMBEERE. Klein, aber oho – sommerliche Dessertideen für Beerenliebhaber.

28

ICE, ICE, BABY. Eis am Stiel lässt sich auch ganz einfach daheim zubereiten.



Seite 5

Kochen AKTUELL

6 Heute wird gegrillt!

Tolle Rezepte, vom Seafood Burger bis zum Margarita-Fisch.

12 Alles Sushi!

Sushi mal anders – als Salat, Sandwich und Bowl.

Seite 15

Koch WOCHE

15 14 Ideen für 7 Tage

Für Sie zum Herausnehmen: Zwei Rezepte für jeden Tag. Plus: Freitag ist Andi- und Alex-Tag – starten Sie mit den Gerichten der Starköche in die Koch-Woche

Süße KÜCHE

24 Wunderbare Himbeere

Die kleinen Früchtchen in allerhand Naschereien.

28 Endlich wieder Eis am Stiel

Selbst gemacht schmeckt es einfach am besten.

Andi & Alex

KOCH-WOCHE
Die heimischen Spitzengastronomen liefern Ihnen jede Woche Ideen für die Koch-Woche.



AM COVER
Himbeerträume für Naschkatzen – ab Seite 24



KEIN ALTER HUT AM GRILL

Bio Grillpilze aus echter
österreichischer Landwirtschaft

TYROLPILZ®

BRINGT GESCHMACK UNTER EINEN HUT

JETZT ERHÄLTLICH BEI

EUROSPAR
INTERSPAR



FÜR KREATIVE GRILLFANS

IDEAL ZUM FÜLLEN



OHNE
gen
TECHNIK
HERGESTELLT

tyrolpilz.at



Kochen

AKTUELL

Food-
Expertin
Eva Mörwald

Krustentiere vom Grill: Ran an die Reste!

Die Food-Expertin gerät beim Gedanken an gegrillte Krustentiere ins Schwärmen.

Wie im Urlaub. Es gibt nichts, das maritimes Urlaubsfeeling mehr vermittelt, als der herrliche Geruch von frischen Krustentieren vom Grill. Gegrillter Fisch duftet auch köstlich, echte Strandclubatmosphäre bringt jedoch nur der betörende Duft von verkokeltem Chitinpanzer von Langusten, Krebsen und Co.

Schmeckt das zarte Fleisch fein und süßlich, so sind die stark gerösteten Schalen intensiv und extrem aromatisch. Nicht umsonst entwickeln findige Köchinnen aus diesen Resten die hervorragende Hummerbutter oder die Hummerbisque, richtige Spezialitäten also. Es wäre wirklich schade, nur das Krebsfleisch zu genießen. Bereiten Sie nach Ihrem nächsten Meeresgrill die feine Hummerbutter zu, Sie verlängern damit luxuriöses Côte d'Azur-Feeling auf Ihrer Terrasse.

Die spannenden Rezeptideen der COOKING-Redaktion, rund um Fisch und Meeresfrüchte, lasse ich mir bei der nächsten Grillparty zudem auch nicht entgehen. Weiterblättern!



TÄGLICH ab 18 Uhr servieren die Senior:Innen aus der Vollpension ihre eigene Interpretation des italienischen Aperitivo.

COOKING-News

La Dolce Vita in der Vollpension

Oma Aperitivo. Passend zur Gastgarteneröffnung präsentiert die Vollpension ihre neue Abendkarte und somit den Oma Aperitivo. Mit einer kleinen aber feinen Auswahl an erfrischenden Getränken, vom klassischen Aperol über Prosecco aus der Bassena bis zum Iced Eierlikör Café Latte: Serviert werden die Drinks, wie aus dem Italienurlaub gewohnt, mit kleinen Snacks.

Mit verlängerten Öffnungszeiten bis 22 Uhr lädt die Vollpension dazu ein, die perfekte Mischung aus italienischem Dolce Vita und Wiener Gemütlichkeit zu genießen – Oma-Charme inklusive!

Generationencafé Vollpension
Schleifmühlgasse 16, 1040 Wien
Öffnungszeiten ab Juni:
Mo-So: 08:00 – 22:00 Uhr
ab 18 Uhr: Abendkarte mit Oma
Aperitivo

Thema der Woche:
Aperitivo o'clock!



JOJO WEIN APERITIVO. Nur die besten Rotweintrauben der Familie Markowitsch treffen in einer einzigartigen Komposition auf den Damaszener-Rosen-Gin aus Eigenkreation der Familie Reisetbauer. Eine perfekte Symbiose der jungen Nachwuchsgeneration, die Schluck spürbar ist. Im Inter-, Euro- und Sparmarkt sowie in der Spar-Weinwelt um 17,99 Euro erhältlich.



CANONITA DE MALLORCA. EGGLERS & FRANKE Österreich führt den Orangen-Aperitif pünktlich zum Start der Terrassensaison ein. Aus der qualitativ einzigartigen sonnengereiften Bio-Saft-Orange „Canoneta“ entsteht in nachhaltigem Upcycling-Verfahren ein sommerlicher Aperitif mit absolutem Kultfaktor. UVP 14,90 Euro

Nachhaltig kochen mit CADINI von RÖSLE

Das verwendete Aluminium der **Topfkörper ist zu 100% recycelt**. Da macht Kochen doch gleich viel mehr Spaß. Mehr Infos unter: www.roesle.com



Fisch und Meeresfrüchte

Heute wird gegrillt!



Seafood Burger

BURGER MAL ANDERS.
Soviel sei versprochen –
diese Version kommt si-
cher gut an!

Das Rezept finden Sie
auf der nächsten Seite!

Wir kommen aus dem Grillen gar nicht mehr heraus – diesmal im Zentrum des Geschehens: Fisch und Meeresfrüchte!



Gefüllter Wolfsbarsch

IM TEIGMANTEL entfaltet der würzige Wolfsbarsch sein volles Aroma!

Das Rezept finden Sie auf der nächsten Seite!

Die Rezepte von Seite 6 und 7

Zutaten

Für die Buns:

250g Croissantteig; Kühlregal
1Eigelb, 1TL Chiliflocken
2 EL Sesam

Für den Belag:

1 kleine Gurke, 1 Baby-Ananas
2 Handvoll Salat;
z.B. Eissalat, Römersalat
4 Riesengarnelen; entdarmt
und bis auf das Schwanzseg-
ment geschält
4 Jakobsmuscheln; ohne Corail
200g Lachsfilet, Salz
Pfeffer, schwarz
1EL Pflanzenöl; für die Grill-
pfanne
1EL Heidelbeerkonfitüre
1TL Ingwer; gerieben
4EL Mayonnaise
2EL Joghurt, griechisch
1EL Crème fraîche
1TL Zitronensaft
4EL Heidelbeeren; gewaschen
1TL Olivenöl

Zubereitung

1. Einen Kugelgrill (oder anderen Grill mit Deckel, am

Seafood Burger

■ Dauer: 50 min ■ Schwierigkeit: mittel ■ Portionen: 4

besten mit Temperaturanzeige) mit Pizzastein auf mittlere Hitze anheizen. Den Croissantteig in 4 Scheiben schneiden. Das Eigelb verquirlen, die Teigscheiben damit bestreichen, mit Chiliflocken und Sesam bestreuen. Auf den Pizzastein setzen und die Buns im geschlossenen Grill bei ca. 200 °C 7-8 Minuten grillen.

2. Inzwischen für den Belag die Gurke waschen, putzen und quer in Scheiben schneiden. Baby-Ananas schälen, vierteln, vom Strunk befreien und quer in dünne Scheiben schneiden, dabei den Saft auffangen und beiseitestellen.

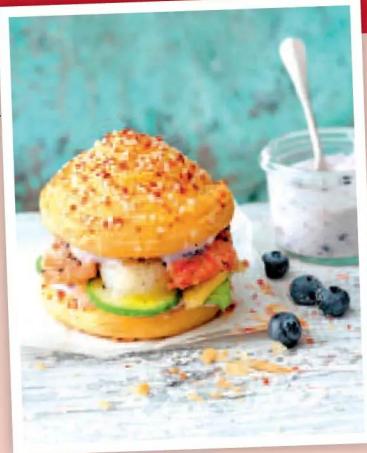
3. Salat waschen, trocken-schleudern und größere Blätter kleiner zupfen. Riesengarnelen und Jakobsmu-

scheln waschen und abtropfen lassen. Den Lachs abbrausen, trockentupfen und wie die Meeresfrüchte salzen und pfeffern.

4. Eine gelochte Grillpfanne ölen, den Fisch und die Meeresfrüchte einlegen, auf den Rost stellen und zudeckt ca. 4 Minuten grillen, dabei einmal wenden.

5. Inzwischen die Heidelbeerkonfitüre mit Ingwer, Mayonnaise, Joghurt, Crème fraîche und Zitronensaft verrühren. Etwa 2 EL Heidelbeeren fein zerdrücken und unterrühren. Den Heidelbeerdip mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

6. Den Ananassaft (1-2 TL) mit dem Olivenöl verquirlen und leicht salzen. Die Buns waagerecht halbieren und die Schnittflächen mit dem



Heidelbeerdip bestreichen.

7. Die Unterhälften mit Salat, Gurken- und Ananas-scheiben belegen und mit dem Ananasöl beträufeln. Das Lachsfilet in mundge-rechte Stücke teilen und mit den gegrillten Riesengarne- len und Jakobsmuscheln dar-aufsetzen. Alles mit dem restlichen Dip beträufeln, die übrigen Heidelbeeren darauf verteilen und die Seafood-Burger servieren.

Gefüllter Wolfsbarsch im Teigmantel

■ Dauer: 1h 10 min ■ Schwierigkeit: mittel ■ Portionen: 4

Zutaten

Für den Teig:

1Hand voll Kräuter; z.B. Thymian, Rosmarin, Lorbeer
4 Eiweiß, 100 g Meersalz
800 g Mehl; und zum Arbeiten

Außerdem:

11/2kg Wolfsbarsch; sehr frisch und küchenfertig
Salz
Pfeffer, schwarz
1Chilischote, rot
3Knoblauchzehen
1Stängel Petersilie
2Zwiebeln, rot
200g Kirschparadeiser
150g Halloumi
150g Champignons
2EL Olivenöl
1TL Zitronenabrieb; Bio Zitrone, in Zesten abgezogen
2EL Zitronensaft

Zubereitung

1. Für den Teig die Kräuter

waschen und trockenschütteln, die Blättchen bzw. Nadeln abzupfen und mit den Lorbeerblättern kleinhacken. Das Eiweiß mit 200 ml Wasser leicht anschlagen. Die Kräuter, das Mehl und das Salz dazugeben und alle Zutaten zu einem festen Teig verarbeiten.

2. Den Wolfsbarsch kalt abbrausen und trockentupfen. Die Flossen mit einer Schere abschneiden. Die Bauchhöhle mit Salz und Pfeffer würzen. Die Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und klein-schneiden. Den Knoblauch abziehen und in Würfel schneiden.

3. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und die Blätter abzupfen. Den Fisch mit den vorbereiteten Zuta-ten füllen, dabei etwas Peter-

silie für die Garnitur zur Sei-te geben. Einen Grill für ca. 200 °C indirekte Hitze vorbe-reiten.

4. Den Teig auf der be-mehlten Arbeitsfläche aus-rollen. Den Wolfsbarsch dar-auflegen und komplett im Teig einschlagen. Drei bis vier Lagen Alufolie in der Größe des Fisches aufeinanderlegen und den Fisch mit der überlappenden Teigseite darauflegen. Den Fisch bei indirekter Hitze mit ge-schlossenem Deckel 30-35 Minuten grillen.

5. Zwiebeln abziehen und in Spalten schneiden. Kirschtomaten waschen. Halloumi würfeln. Champignons putzen. Alles abwechselnd auf ca. 8 Holzspieße fädeln. Mit Olivenöl bepinseln, mit Salz und Pfeffer würzen und in den letzten 6-7 Minuten auf



dem Grill garen.

6. Den Fisch kurz ruhen lassen. Die Teigkruste rundherum an den Seiten auf-schneiden und den Deckel abnehmen. Den Fisch mit Zi-tronenschale bestreuen, mit Zi-tronensaft beträufeln und mit restlicher Petersilie gar-niert servieren.



Oktopus mit Reis und Gemüse

■ Dauer: 1h 40 min ■ Schwierigkeit: mittel ■ Portionen: 4

Zutaten

1Oktopus; 800-1000 g, küchenfertig, geputzt
200 ml Weißwein, trocken

Salz, 1 Lorbeerblatt
1 Zweig Rosmarin
4 Zweige Thymian
1 Stängel Petersilie
2 EL Olivenöl
Pfeffer, schwarz

Für den Reis:

1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
2 EL Paradeisermark
250 g Langkornreis
150 ml Weißwein, trocken
500 ml Geflügelfond

Salz
Pfeffer, schwarz
je 1 Paprika, gelb und rot
1 Zucchini

150 g Kirschparadeiser
1 TL gehackter Thymian

Zum Servieren:
2 EL gehackte Petersilie,
glatt
1 Zitrone, Bio; in Spalten

kurz mit anschwitzen, dann das Paradeisermark unterrühren. Mit dem Wein und dem Fond ablöschen, salzen, pfeffern und alles ca. 15-20 Minuten köcheln lassen. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, putzen und in Streifen schneiden.

5. Die Zucchini waschen, putzen und in Scheiben schneiden. Die Kirschparadeiser waschen und halbieren. In einer Pfanne das übrige Öl erhitzen, die Papikastreifen darin 3-4 Minuten anbraten. Zucchini zufügen und kurz braten, dann die Tomaten unterschwenken und das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen.

6. Den Oktopus unter kaltem Wasser abbrausen, die braune Haut mit den Händen grob abreiben, die Fangarme abschneiden und trocken tupfen. Die Oktopusteile mit Öl beträufeln und auf dem heißen Grill 4-5 Minuten rundherum goldbraun grillen, mit Salz und Pfeffer würzen.

7. Das Gemüse unter den Reis mischen, alles abschmecken und auf Tellern anrichten. Den gegrillten Oktopus darauf verteilen, mit Petersilie bestreuen und mit Zitronenspalten servieren.

Zubereitung

1. Den Oktopus waschen und in einen Topf legen. Den Wein angießen und den Oktopus mit kaltem Wasser bedecken. Mit 1 EL Salz und dem Lorbeerblatt würzen und aufkochen lassen. Bei milder Hitze ca. 40 Minuten sieden lassen.

2. Nach Bedarf Wasser nachgießen. Während der letzten 15 Minuten die abgebrannten Kräuter zufügen. Mit der Gabel eine Garprobe machen. Lässt sie sich nach dem Einstechen leicht aus dem Fleisch ziehen, ist es weich und gar. Anschließend im Sud abkühlen lassen.

3. Für den Reis die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Hälfte des Öls in einer großen Pfanne oder einem Topf erhitzen und die Zwiebel- und Knoblauchwürfel darin hell anschwitzen.

4. Den Reis zugeben,



Lachs mit Tamarindensauce

■ Dauer: 40 min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 4

Zutaten

3 Knoblauchzehen
1 EL Pflanzenöl
150 ml Tamarindendrink
3 EL Fischsauce
1 TL Chiliflocken
3 EL Palmzucker
1 1/2 EL Sojasauce; hell
600 g Lachsfilet; mit Haut
1 kleine Chilischote, rot
1 Handvoll Kräuter; Koriandergrün, Minze
1 kleine Zwiebel, rot; z.B. Thai-Zwiebel

Zubereitung

1. Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem kleinen Topf das Öl erhitzen und den Knoblauch darin 2-3 Minuten hell anschwitzen. Tamarindendrink, 150 ml Wasser, Fischsauce, Chiliflocken, Palmzucker und Sojasauce zugeben und alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Den Topf beiseitestellen, die

Sauce in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

2. Einen Grill vorheizen oder eine Grillpfanne erhitzen. Den Lachs abbrausen und trocken tupfen. Die Chilischote waschen, putzen und mitsamt den Kernen in feine Ringe schneiden. Den Lachs mit etwas Tamarindensauce bestreichen und mit der Hälfte der Chiliringe bestreuen.

3. Den Grillrost leicht ölen und den Lachs auf der Hautseite 7-8 Minuten grillen, er soll in der Mitte noch rosa sein. Inzwischen die Kräuter waschen, trockenschütteln und die Blätter abzupfen. Die Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Spalten schneiden.

4. Die Haut vom Lachs abziehen, den Fisch auf eine Platte geben, quer mit den Kräutern, Zwiebelspalten und den übrigen Chiliringen bestreuen und servieren. Übrige Tamarindensauce separat dazu reichen.

Fischlaibchen mit Sprossensalat

■ Dauer: 40 min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 4

Zutaten

500 g Fischfilet; ohne Haut und Gräten, z.B. Kabeljau, Seehecht
1 Stängel Zitronengras
2 Lauchzwiebeln
2 EL Currysauce, rot
1 EL Fischsauce
4 EL Limettensaft
1 Handvoll Koriandergrün, Salz
Pfeffer, schwarz
200 g Sojasprossen
1/2 Paprika, rot
1 lange Chilischote, rot
Pflanzenöl; für die Grillplatte
1/2 Handvoll Thai-Basilikum; oder Basilikumblätter, gewaschen

Für das Dressing:

1 Stängel Zitronengras
1 kleine rote Thai-Chilischote
1 Knoblauchzehe
1 rotes Thai-Zwiebelchen
2 Limetten; Saft
1 EL Sojasauce
1 EL Fischsauce
1 EL Zucker, braun
6 EL Erdnussöl

Zubereitung

1. Den Fisch waschen, trockentupfen und fein würfeln. Das Zitronengras von den Hüllblättern befreien, putzen und sehr fein würfeln. Die Lauchzwiebeln waschen, putzen und ebenfalls in sehr feine Würfel schneiden.

2. Den Fisch mit der Currysauce, Zitronengras, Lauchzwiebeln, der Fischsauce und dem Limettensaft vermischen und alles zu einer glatten Masse verarbeiten.

3. Das Koriandergrün waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, zur Hälfte fein hacken und untermischen. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken und kühlstellen.



fer abschmecken und kühlstellen.

4. Die Sojasprossen abbrausen und abtropfen lassen. Die Paprika- und Chilischote waschen, putzen und längs in feine Streifen schneiden. Die Salatzutaten in eine Schüssel geben.

5. Für das Dressing das Zitronengras von den Hüllblättern befreien, putzen und sehr fein würfeln. Die Chilischote waschen, putzen und in Ringe schneiden oder fein würfeln. Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen, beides fein würfeln und mit den übrigen Zutaten verrühren. Das Dressing abschmecken und in ein Bügelglas füllen.

6. Eine Grillplatte (oder eine Grillpfanne) erhitzen. Aus der Fischmasse runde Laibchen formen. Die Platte leicht ölen und die Laibchen darauf portionsweise von jeder Seite ca. 2-3 Minuten grillen.

7. Die Laibchen nach Belieben auf Backpapier in Metallboxen oder auf einer Platte anrichten. Den Salat daneben verteilen, mit dem übrigen Koriandergrün und Basilikum bestreuen. Alles mit etwas Dressing beträufeln und servieren. Das übrige Dressing im Glas dazu reichen.

Margarita-Fisch

■ Dauer: 40 min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 4

Zutaten

200 g Basmatireis
800 g festes weißes Fischfilet; 4 Stück
400 g Kirschparadeiser
2 Limetten, Bio
1 Knoblauchzehe
1/2 TL Chiliiflocken
5 EL Olivenöl, Meersalz
2 EL Tequila
1 TL Zucker, braun
Pfeffer, schwarz
1 Handvoll Koriandergrün

Zubereitung

1. Den Reis nach Packungsangabe in ca. 20 Minuten garen. Inzwischen den Fisch und die Tomaten abbrausen und trockentupfen. Die Zesten einer Limette abziehen und den Saft auspressen.

2. Den Knoblauch abziehen und fein würfeln. In ei-

ner Schüssel mit Limettenzesten, Chili und 2 EL Öl verrühren. Den Fisch darin wenden und salzen. Auf dem heißen Grill oder in der Grillpfanne auf beiden Seiten jeweils 3-4 Minuten garen.

3. Die Paradeiser mit 1 EL Öl bepinseln, ebenfalls mit auf den Grill legen und heiß werden lassen.

4. Den Limettensaft mit Tequila, 2 EL Öl und dem Zucker verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die zweite Limette in Spalten schneiden. Das Koriandergrün abbrausen und trocken schütteln.

5. Den Fisch mit Reis und Tomaten auf Teller anrichten. Mit der Margarita-Mischung beträufeln und mit Koriandergrün und Limettenspalten garniert servieren.



Meeresfrüchte-Paella

- Dauer: 40 min
- Schwierigkeit: mittel
- Portionen: 4

Zutaten

2 Zwiebeln
4 Knoblauchzehen 
100 g kleine Tintenfischarme; küchenfertig
250 g gemischte Muscheln; z.B. Venusmuscheln, Miesmuscheln
4 Riesengarnelen; entdarmt und bis auf das Schwanzsegment geschält
400 g gemischtes Fischfilet; ohne Haut und Gräten, z.B. Kabeljau und Lachs
4 EL Olivenöl
200 g Paellareis; Rundkorn
1 Döschen Safran; à 0,1 g
150 ml Weißwein, trocken
750 ml Fischfond; oder Gemüsefond
Salz
Pfeffer, schwarz
1 Zucchini
100 g Zuckerschoten
1 Spitzpaprika, rot
120 g Kirschparadeiser
2 Lauchzwiebeln
4 Jakobsmuscheln; küchenfertig, ausgelöst

Zubereitung

1. Einen großen Kugelgrill vorheizen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen und in sehr feine Würfel schneiden. Die Tintenfische kalt abbrausen und trockentupfen. Muscheln in kaltem Wasser gründlich säubern. Geöffnete Muscheln entsorgen. Garnelen und Fischfilet abbrausen und trockentupfen. Fischfilet in ca. 3 cm große Würfel schneiden.

2. Eine runde Paella-Pfanne (ca. 28 cm Durchmesser) auf dem Grill vorheizen und das Olivenöl darin erhitzen. Zwiebel und Knoblauchwürfel darin anschwitzen, Tintenfisch, Reis und den Safran zu geben und kurz mit angehen lassen. Al-

les mit dem Weißwein ablösen, diesen etwas verkochen lassen und die Hälfte des Fonds angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit geschlossenem Deckel ca. 10 Minuten köcheln lassen.

3. Sämtliches Gemüse waschen und ggfs. putzen. Zucchini längs vierteln, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch würfeln. Zuckerschoten halbieren, Paprikaschote würfeln, Paradeiser halbieren, Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden.

4. Den übrigen Fond zum Reis gießen. Muscheln, Garnelen und vorbereitetes Gemüse auf der Paella verteilen und mit geschlossenem Deckel weitere 5 Minuten garen. Die Jakobsmuscheln mit Salz würzen.

5. Daneben auf dem Grillrost mit geschlossenem Deckel 1-2 Minuten grillen. Zusammen mit den Fischstücken auf der Paella verteilen und in 5 Minuten fertig garen. Dazu passt frisches Weißbrot.

Tipp. Öffnen sich die Muscheln beim Garvorgang nicht, diese sofort entsorgen. Die Paella kann nach Belieben auch auf dem Herd in einer Paella-Pfanne mit Deckel zubereitet werden. Die Jakobsmuscheln dann einfach in einer kleinen Pfanne in 1 EL Öl vorbraten.



Tintenfisch mit Dinkelsalat

- Dauer: 1h 05 min
- Schwierigkeit: mittel
- Portionen: 4

Zutaten

500 g Baby-Tintenfisch; küchenfertig, geputzt
1 Spickzwiebel; geschälte Zwiebel mit Lorbeerblatt und Nelke gespickt
100 g Dinkel; wie Reis
3 EL Zitronensaft
1 EL Reissirup, 5 EL Olivenöl, Salz
Pfeffer, schwarz
400 g bunte Paradeiser
1 Hand voll frischer Oregano
3 EL Rapsöl
Salzflocken; zum Bestreuen

Zubereitung

1. Die Tintenfische mit kaltem Wasser bedecken, die Spickzwiebel hinzufügen und langsam zum Kochen bringen. Bei niedriger Temperatur köcheln lassen, bis die Tintenfische zart sind (das kann ca. 30 Minuten

dauern). In Eiswasser abschrecken und die Tuben mehrmals einschneiden.

2. In der Zwischenzeit den Dinkel nach Packungsanleitung garen, kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Mit dem Zitronensaft, Sirup und Olivenöl vermengen, mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Die Paradeiser waschen und in Scheiben schneiden. Den Oregano waschen, trocken-schütteln und die Blätter von den Stängeln zupfen.

3. Die Tintenfische mit dem Rapsöl vermengen und auf dem vorgeheizten Grill direkt ca. 5 Minuten leicht gebräunt braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tintenfische und Paradeiser mit dem Dinkel und dem Oregano vermengen. Auf Tellern anrichten und mit Salzflocken bestreuen.

Happy Welt-Sushi-Tag

Alles Sushi!



Der Internationale Sushi-Tag findet jährlich am 18. Juni statt und lässt eine der beliebtesten japanischen Spezialitäten hochleben. COOKING genießt den Klassiker als Salat, Bowl & Sandwich!

Sushi-Salat

■ Dauer: 25 min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 4

Zutaten

2 Paprikas, rot
1 Paprika, grün
2 Blätter Nori
300 g Sushireis; gegart
1 TL Wasabi, 1 TL Reisessig
3 EL Rapsöl
4 große Blätter Lollo Bionda
12 Garnelen; ohne Kopf und Schale, gekocht

Zubereitung

1. Paprikaschoten waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. Ein Noriblatt längs halbieren und eine Hälfte quer auf die Arbeitsfläche legen (falls vorhanden, auf eine mit Frischhaltefolie umwickelte Sushi-Bambusmatte).

2. Etwa 75 g Sushireis mit gut angefeuchteten Händen auf dem Noriblatt verteilen, dabei am oberen Rand einen ca. 1 cm breiten Rand frei lassen, und leicht andrücken. Etwas Wasabi auf der Reismitte quer als dünnen Streifen verstreichen.

3. Ein Drittel der roten Paprikastreifen darauflegen. Freien Noriblattrand mit etwas Wasser bestreichen. Blatt von der unteren Längsseite her über die Füllung schlagen und dabei stramm aufrollen.

4. Den Rand leicht andrücken. Die Rolle in 6 gleich große Stücke schneiden. Mit der anderen Nori-Blathälfte wiederholen und auf diese Weise 12 Paprika-Maki herstellen.

5. Restliche grüne und rote Paprikastreifen in Gläser verteilen. Das zweite Noriblatt leicht anfeuchten und kleinschneiden. Übrigen Reis mit Noristücken, Essig und Rapsöl vermengen und ebenfalls in die Gläser schichten.

6. Salatblätter putzen, waschen, trockenschütteln, etwas kleiner zupfen und darüber einschichten. Mit Maki-Rollen und Garnelen abschließen und servieren.



Sushi-Sandwich

■ Dauer: 2h 40min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 4

Zutaten

Für das eingelegte Gemüse:
1/4 Rotkraut; geraspelt
2 Karotten; geraspelt
125 ml Reisessig, 2 EL Zucker
1 Knoblauchzehe
1 Chilischote, rot, getrocknet
1 TL Meersalz
Für das Sushi:
200 g Sushireis; abgebraust und gut abgetropft
11/2 EL Mirin, 50 ml Reisessig
1 TL Salz, 4 Blätter Nori
1 TL Wasabipaste, vegan
4 Blätter Eisbergsalat
2 EL Sesamsamen, schwarz
2 EL Sojasauce

Zubereitung

1. Das eingelegte Gemüse im Voraus zubereiten. Kraut und Karotten in zwei separate Gläser füllen. Essig, Zucker, angedrückten Knoblauch und Chili mit 125 ml

Wasser und Meersalz in einen kleinen Topf geben.

2. Bei niedriger Hitze umrühren bis Zucker und Salz sich gelöst haben, dann zum Kochen bringen. Knoblauch und Chili entfernen und die Flüssigkeit in die Gemüsegläser gießen.

3. Verschließen und mindestens 1 Stunde lang abkühlen und marinieren lassen. Oder bis zu 2 Tagen im Kühlenschrank lagern. Sushireis und Mirin mit 200 ml kaltem Wasser in einen Topf geben.

4. Zum Kochen bringen, dann die Hitze auf niedrigste Stufe reduzieren und den Reis abgedeckt 20 Minuten garen. Herd ausschalten und den Reis bei geschlossenem Deckel 15 Minuten ziehen lassen.

5. Dann in eine Schüssel geben, Essig und Salz untersetzen. Mit einem feuchten Tuch abdecken und auf Raumtemperatur abkühlen lassen.

6. Ein Noriblatt auf ein großes Quadrat Frischhaltefolie legen. Den Reis achteln und einen Teil zu einer ca. 1 cm dicken Raute auf der Mitte des Blattes formen. Etwas Wasabi auf den Reis streichen.

7. Ein Salatblatt darauflegen, die überstehenden Ränder abschneiden und darauflegen. Karotten und Kraut abtropfen lassen und jeweils eine Schicht darüber geben. Ein weiteres Achtel des Reises zu einem Viereck formen, darauflegen, die vier Ecken des Noris hochklappen und mit einem Tupfer Wasser verschließen. In Frischhaltefolie wickeln.

8. Den Vorgang wiederholen und drei weitere Onigirazu-Sandwiches formen und alle Sushi 30 Minuten kühlen. Zum Servieren in zwei Hälften schneiden und mit schwarzem Sesam zum Bestreuen und Sojasauce zum Dippen servieren.



Sushi-Bowl

- Dauer: 15 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 4

Zutaten

1-2 Kästchen Kresse
120 g Sushi-Ingwer; eingelagert
4 Stiele Basilikum, rot
2 Avocados
500 g Sushireis; gegart,
ausgekühlt
2 EL Sesam, schwarz
4-6 EL Sojasauce
2-4 EL Zitronensaft

Zubereitung

1. Kresse vom Beet schneiden, waschen und gut ab-

tropfen lassen. Ingwer abgießen und abtropfen lassen. Basilikum waschen und trockenschütteln.

2. Avocados halbieren, den Stein entfernen, Fruchtfleisch aus der Schale heben und in mundgerechte Würfel schneiden.

3. Reis in Schälchen verteilen. Avocado darauf geben und die Kresse aufstreuen. Ingwer scheibchenweise einrollen und darauf legen.

4. Mit Sesam bestreuen und mit Sojasauce und Zitronensaft beträufeln. Mit Basilikum garniert servieren.

Die besten Rezepte und Kochideen auf einen Klick

cooking.at

DAS 24/7 ONLINE PORTAL
FÜR KULINARISCHE VIELFALT

Auf cooking.at finden Sie täglich die besten Rezepte von Klassisch über Veggie bis Backen. Dazu alle Updates aus der Gastro-Szene.

JETZT GLEICH REINKLICKEN
ODER QR-CODE SCANNEN



www.cooking.at

Zum HERAUSNEHMEN & Sammeln:



**Andi & Alex
kochen für
COOKING**

JEDEN FREITAG ist in
COOKING „Andi & Alex
Tag“! Starten Sie die
Koch-Woche mit zwei
schmackhaften Rezep-
tender österreichischen
Starköche.

Ihre Koch- Woche 14 Ideen für 7 Tage

Mit COOKING
fällt langwieriges
Planen für die ganze
Woche weg – denn
wir liefern Ihnen
jeden Tag zwei neue
Rezeptideen. Für
den großen und
kleinen Hunger!



FREITAG

16.6.



Zu Mittag

Bröselspargel von Andi Wojta

■ Dauer: 25 min ■ Schwierigkeit: mittel ■ Portionen: 4

Zutaten 500 g Spargel, Zucker, Salz, 100 g Semmelbrösel, 125 g Butter, 1 Kl. geschnittene Knoblauchzehe, 2 EL gehackte Petersilie, 2 EL gehackte Grammeln, 4 Eier

Zubereitung

1. Spargel sorgfältig zuputzen und in Salz-Zucker-Wasser bissfest kochen. Butter in einer Pfanne zerlassen, Knoblauch, Petersilie, Grammeln und Salz zufügen, kurz aufschäumen lassen und die Semmelbröseln zugeben.

2. In einem etwas höheren Topf Wasser zum Kochen bringen, Eier vorsichtig einschlagen und pochieren. Mithilfe eines Lochschöpfers die Eier wieder aus dem Kochfond heben, auf einem Küchenpapier gut abtropfen lassen und erst jetzt mit Salz würzen.

3. Auf einem vorgewärmten Teller den Spargel anrichten, mit der Bröselmischung bestreuen und das pochierte Ei aufsetzen.

Am Abend

Perlhuhnbrust von Alex Fankhauser

■ Dauer: 30 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 4 Perlhuhnbrüste (à ca. 250 g), Salz, Pfeffer, 4 Zweige Thymian, 250 g Maimorchneln, 4 gehackte Schalotten, 1 gehäufter EL Paprikapulver, 1 Schuss Essig, ¼ l Rindsfond, ½ l Obers, 1 EL geschnittener Liebstöckel oder Petersilie, 3 speckige Erdäpfel (in 1 cm-Würfel geschnitten), 2 Zehen Knoblauch, Öl und Butter zum Braten

2. Die Maimorchneln unter fließendem Wasser gut waschen, anschließend trocken tupfen und halbieren. Die gehackten Schalotten glasig anschwitzen, Morchneln und Knoblauch zugeben und mitrösten. Mit Paprikapulver stauben und mit dem Schuss Essig ablöschen. Mit Rindsuppe aufgießen, kurz köcheln lassen und Obers zugeben. Die Erdäpfelwürfel in gut gesalzenem Wasser kochen und unter das Gulasch heben.

3. Die Perlhuhnbrüste tranchieren und auf dem Maimorchnel-Gulasch anrichten. Mit Liebstöckel garnieren.

IHRE KOCH-WOCHE ZUM HERAUS

SAMSTAG



Zu Mittag

Miniburger mit Huhn und Käse

■ Dauer: 2 h ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten Hühnerbrustfilets, 1 unbehandelte Zitrone, 40 g schwarze Oliven (entsteint), 4 EL Olivenöl, 1/2 TL Cayennepfeffer, 4 getrocknete Paradeiser in Öl, 2 Knoblauchzehen, 1 rote Chilischote, 150 g passierte Paradeiser, 1-2 TL brauner Zucker, Salz, Pfeffer, 8 Blätter Kopfsalat, 8 Mini-Ciabattabrotchen, 8 Scheiben Emmentaler

Zubereitung

1. Die Hühnerbrustfilets jeweils halbieren. Die Zitrone heiß abwaschen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Oliven fein hacken. Den Zitronensaft,-abrieb und die Oliven mit Öl sowie Cayennepfeffer verrühren und mit dem Fleisch vermengen. Eine Stunde marinieren lassen.

2. Für die Sauce die getrockneten Paradeiser klein schneiden. Den Knoblauch häuten und zusammen mit der Chili fein hacken. 1 EL vom Paradeiseröl in einem Topf erhitzen und die Knoblauch-Chili-Mischung darin anschwitzen. Die passierten Paradeiser dazugeben und den Zucker ergänzen. Salzen, pfeffern und ca. 15 Minuten sämig einköcheln lassen. Fürieren und abschmecken.
3. Den Salat waschen und trocken schütteln. Das Fleisch in einer Grillpfanne 2-3 Minuten je Seite braten. Die Brötchen halbieren und jeweils mit Salat, Hühnerfilet, zwei EL Sauce und Käse füllen.

Am Abend

Paradeisersalat mit Mozzarella

■ Dauer: 15 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 450 g Cocktailparadeiser, 400 g Mozzarella, 80 g schwarze Oliven (entsteint), 4 EL Kapern, 1 Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer, 4 EL Olivenöl, 4 EL schwarzer Balsamico, 2 Handvoll Basilikumblätter



Zubereitung

Paradeiser waschen und halbieren, Mozzarella in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Oliven und Kapern abtropfen lassen und die Oliven in Ringe schneiden. Alles auf Tellern anrichten. Den Knoblauch häuten und durch die Knoblauchpresse über den Salat drücken. Salzen, pfeffern und mit Olivenöl und Balsamico beträufeln. Mit Basilikum dekorieren.

SONNTAG



Zu Mittag

Grill-Rippchen mit Maiskolben

■ Dauer: 1h 25 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 21/2 kg Rinderrippchen, 2 Knoblauchzehen, 1 Zwiebel, 2 rote Chilischoten, 50 g Honig, 1 TL Salz, Pfeffer, 4 EL Paradeisermark, 2 EL Weissessig, einige Spritzer Tabasco, 4 frische Maiskolben, Salz, 1 Prise Zucker, 2-3 EL Rapsöl, 20 g Butter

Zubereitung

1. Die Rippen in einzelne Rippchen teilen, waschen und trocken tupfen. In kochendem Wasser ca. 20 Minuten leise köcheln lassen. Abgießen und trocken tupfen. Knoblauch und Zwiebel abziehen und würfeln. Die Chilischoten waschen, putzen und fein hacken. Zusammen mit Zwiebel, Knoblauch, Honig, Salz, etwas Pfeffer, Paradeisermark, Essig und Tabasco in einen Topf geben und mit ca. 200 ml Wasser aufkochen. 10 Minuten sämig einköcheln lassen.

2. Die Maiskolben schälen und putzen. In einem Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen, Salz und Zucker hinzugeben und die Maiskolben 15 Minuten darin kochen.

3. Die Rippchen mit der Marinade bestreichen, die Mais-



kolben mit etwas Öl einpinseln und beides in eine gefettete Form legen. Im Ofen bei 230 °C Ober- und Unterhitze 15-20 Minuten braten. Dabei die Rippchen immer wieder mit der restlichen Marinade bestreichen und die Maiskolben wenden. Vor dem Servieren die Maiskolben mit flüssiger Butter bestreichen und salzen.

Am Abend

Joghurt-Himbeer-Dessert

■ Dauer: 15 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 250 g Himbeeren, 100 g Topfen, 300 g Joghurt, 2-3 EL Zucker, 1 Spritzer Zitronensaft, 1 Msp. Vanillemark, Minze

Zubereitung

1. Die Himbeeren verlesen



und nur falls nötig abbrausen. Einige Himbeeren zum Garnieren beiseitelegen, den Rest fein pürieren und durch ein Sieb streichen. Den Topfen mit dem Joghurt, Zucker, Zitronensaft und Vanillemark in einer Schüssel verrühren. Die Creme abschmecken und auf kleine Schalen verteilen.

2. Das Himbeerpudding darüber verteilen, z. B. mit einem Zahnstocher in Schlieren ziehen und mit Himbeeren und Minze garniert servieren.

NEHMEN: Menü-Ideen für jeden Tag

MONTAG

19.6.



Zu Mittag

Gemüselaibchen vegetarisch

■ Dauer: 1h 5 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 4–5 EL Olivenöl, 600 ml Gemüsefond, 250 g Hirse, 2 Eier, 2–3 EL Semmelbrösel, 1 Handvoll Kräuter, z. B. Basilikum, Kerbel, Thymian, Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

1. Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. In 1 EL heißem Olivenöl kurz anschwitzen und mit ca. 500 ml Fond ablöschen. Die Hirse in einem Sieb waschen und in den Fond geben. Zugedeckt ca. 15 Minuten leise köcheln lassen. Vom Herd nehmen und weitere 15–20 Minuten zugedeckt ausquellen lassen. Falls nötig,

noch ein wenig Fond zufügen. Die Hirse sollte am Ende die gesamte Flüssigkeit aufgesaugt haben.

2. Anschließend offen ein wenig abkühlen lassen, die Eier, die Brösel sowie die abgezupften und fein gehackten Kräuter zufügen und zu einer formbaren Masse vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und zu runden Laibchen formen.

3. Im restlichen Öl portionsweise auf jeder Seite zwei bis drei Minuten goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm servieren.

Am Abend

Penne mit Brie, Speck und Erbsen

■ Dauer: 45 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4



Zutaten 500 g Penne Rigate, Salz, 350 g frische Erbsen, 150 g Frühstücksspeck in Scheiben, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Olivenöl, 150 g Brie, Pfeffer

Zubereitung

Die Nudeln in kochendem Salzwasser al dente garen. Die Erbsen waschen, abtropfen lassen und in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren. Abgießen und kalt

abschrecken. Den Speck in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne das Öl erhitzen und den Speck knusprig braten. Den Knoblauch und die Erbsen zugeben und kurz mitschwitzen. Den Brie in Stücke schneiden und unterrühren. Die abgegossenen Nudeln zufügen, kurz durchschwenken, sodass der Käse etwas schmilzt, in vorgewärmte Schüsseln füllen und mit Pfeffer übermahlen servieren.

DIENSTAG

20.6.

Zu Mittag

Nizza-Salat

■ Dauer: 40 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 1 Endivie, 1 Handvoll Rucola, 150 g frischer Blattspinat, 200 g Kirschparadeiser, 150 g Zuckerschoten, Salz, 4 Eier, 3 EL Zitronensaft, 5 EL Olivenöl, Pfeffer, 100 g schwarze Oliven, 200 g Thunfisch in Wasser aus der Dose 1 Zitrone in Spalten

Zubereitung

Die Endivie, Rucola und Spinat waschen, trocken schleudern, verlesen und in mundgerechte Stücke zupfen. Die Kirschparadeiser waschen und vierteln. Die Zuckerschoten waschen, putzen und in kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Die Eier 10 Minuten in sprudelndem Wasser kochen. Für die Vinaigrette den Zitronensaft mit dem Öl mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Salat mit den Paradeisern, Oliven, abge-



tropften Thunfisch, Zuckerschoten und der Vinaigrette mischen und in 4 Schälchen anrichten. Die Eier schälen, halbieren und zusammen mit den Zitronenscheiben auf dem Salat anrichten.

Am Abend

Sellerie-Apfel-Suppe

■ Dauer: 55 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 400 g Knollensellerie, 150 g mehlige Erdäpfel, 1 Schalotte, 2 kleine Äpfel, 3 EL Butter, 100 ml Apfelsaft, 600 ml Gemüsefond, 200 g Obers, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 1 Stange Staudensellerie, 1 EL Staubzucker, 1–2 EL Traubenkernöl

Zubereitung

1. Sellerie, Erdäpfel, Schalotte und einen Apfel schälen, von dem Apfel das Kerngehäuse entfernen und alles würfeln. In einem Topf 2 EL Butter zerlassen und die Schalotte anschwitzen. Die Gemüse- bzw. Apfelwürfel zugeben, kurz mitschwitzen und mit dem Wein ablöschen. Kurz reduzieren lassen, dann Fond und Obers angießen. Salzen, pfeffern und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die



ZWEI REZEPTE für jeden Wochentag

MITTWOCH

21.6.



Zu Mittag

Pasta mit Paradeisern und grünem Spargel

■ Dauer: 35 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 400 g grüner Spargel, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Olivenöl, 200 g Kirschparadeiser, Salz, Pfeffer, ½ TL Zitronenabrieb, 400 g Nudeln, 2 Handvoll Rucola, 35 g geriebener Pecorino, Olivenöl

Zubereitung

1. Den Spargel waschen, das untere Drittel schälen und die harten Enden abschneiden. Die Spargelstiele in 3 cm breite Stücke schneiden. Die Spitzen in der Länge halbieren. Die Schalotte und den Knoblauch häuten und sehr fein würfeln. Zusammen mit dem Spargel in einer großen Pfanne, in heißem Öl vier Minuten anbraten. Die

Paradeiser waschen, halbieren und in den letzten zwei Minuten unter den Spargel schwenken. Mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen.

2. Währenddessen die Pasta in kochendem Salzwasser al dente garen. Den Rucola waschen und trocken schütteln. Den Pecorino grob reiben. Die Nudeln abgießen und noch leicht nass unter den Spargel schwenken. Den Käse sowie den Rucola unterheben. Alles nochmals abschmecken und auf Tellern verteilen. Mit Olivenöl beträufelt servieren.

Am Abend

Lachs-Bagel mit Frischkäse

■ Dauer: 10 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 1–2 Handvoll Brunnenkresse, ½ Handvoll Rucola, 150 g Frischkäse pur, 4 Bagels, 120 g Räucherlachs in Scheiben



Zubereitung

Die Brunnenkresse sowie den Rucola waschen und trocken schütteln. Den Rucola fein hacken und unter den Frischkäse rühren. Die Bagels waagerecht halbieren und damit bestreichen. Mit dem Lachs und der Brunnenkresse belegen und die Bageldeckel wieder aufsetzen. Nach Belieben nochmals in der Mitte auseinander schneiden.

DONNERSTAG

22.6.

Zu Mittag

Tandoori-Huhn mit Mangosalsa

■ Dauer: 2 h 45 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 8–12 Hühnerkeulen, 2 Knoblauchzehen, 1 TL frisch geriebener Ingwer, 250 g Joghurt, je 1 TL gemahlener Koriander, Kurkuma, Kardamom, scharfes Paprikapulver und Garam Masala, Salz, Pfeffer, 400 g Mango Pickle aus dem Glas, 150 ml Kokosmilch, 2 EL frisch gehacktes Koriandergrün

Zubereitung

1. Die Hühnerkeulen abbrausen und trocken tupfen. Rundherum mehrmals mit einem spitzen Messer einstechen.

2. Den Knoblauch schälen und pressen. Den Ingwer, das Joghurt, alle Gewürze, Salz und Pfeffer zugeben und alles gut verrühren. Unter die Hühnerkeulen mischen und abgedeckt im Kühlschrank mindestens 2 Stunden ziehen lassen. Dann aus der Marinade nehmen und auf dem heißen Grill unter regelmäßiger Wenden etwa 35 Minuten grillen. Zwischendurch immer wieder mit der Marinade bestreichen.



3. Für den Dip die Mango mit der Kokosmilch und dem Koriandergrün fein pürieren. Die Keulen vom Grill nehmen und mit dem Dip anrichten.

Am Abend

Schokoladencreme mit Obers

■ Dauer: 2 h 30 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 200 g Zartbitterschokolade, 3 Eier, 40 g Zucker, 2 EL Vanillezucker, 200 ml Obers, Zartbitter-Schokoladenraspeln zum Garnieren

Zubereitung

1. Die Schokolade grob hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Die Eier trennen und



die Eiklar mit dem Zucker zu steifem Schnee schlagen. Die Dotter mit dem Vanillezucker über dem heißen Wasserbad cremig schlagen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Von der Hitze nehmen, die Schokolade unterrühren und über einem kalten Wasserbad kalt rühren.

2. Obers steif schlagen und die Hälfte unter die abgekühlte Creme heben. Den Eischnee vorsichtig unterziehen. Die Schokoladencreme in Gläser füllen und für 2 Stunden in den Kühlschrank stellen. Mit dem restlichen Obers und mit Schokoladenraspeln bestreut servieren.

Profi KÜCHE

Sandra Scheidl

Initiatorin
„Culinary
meets Art“

**„Der weiße
Teller ist mei-
ne Leinwand.“**

Die Köchin und Initiatorin
über die Gemeinsamkeit von
Kunst und Kulinarik.

Wieso Kunst und Kulinarik?

SANDRA SCHEIDL Ich glaube Köche und Künstler können durch das kreative Ausüben ihre Persönlichkeit und Emotionen ausdrücken. So geht es mir oft mit meinen weißen Tellern, auf denen ich anrichte – man startet bei Null, bei etwas Weißem, so wie ein Künstler mit seiner Leinwand. Und am Ende hat man optisch etwas sehr Ansprechendes. Ein Kunstwerk auf dem Teller sozusagen. So wie der Künstler das Kunstwerk auf der Leinwand hat.

Wie würden Sie Ihren Kochstil beschreiben?

SCHEIDL Der Fokus liegt auf wenigen hochwertigen Produkten, die bestmöglich herausgearbeitet werden. Meine Gerichte bestehen meist aus 2-3 Komponenten. Entsprechend sind fast nur diese Produkte im Gericht die mit verschiedenen Techniken und Texturen auf den Teller kommen. Ein Gericht ist für mich dann „fertig“, wenn trotz dieser Simplizität eine mehrschichtige Geschmackswelt entsteht.



SEIEN SIE DABEI, wenn Sandra Scheidl mit dem Künstler Ivan Katalinic zur nächsten Culinary meets Art-Experience lädt!

COOKING-
Eventtipp #2:
**„Das
Fest“**



„DAS FEST“ klingt sehr nach Understatement, denn was die Geschwister Sonja und JRE-Präsident Richard Rauch am 25. Juni auf die Beine stellen, lässt jedes Feinschmecker-Herz höherschlagen: 20 Top-Köche (u.a. Hubert Wallner, Lukas Kienbauer, Jermias Riezl, Michael Kolm, uvm.), 20 Spitzenwinzer sowie ausgewählte Produzenten sorgen an diesem Tag in Trautmannsdorf für einen eindrucksvollen Genuss-Highlight der Extraklasse.

Für einen ganz besonderen Höhepunkt garantiert zu- dem der unvergleichliche The Duc Ngo: Kaum jemand anderer hat den Aufstieg Berlins zur angesagten Gourmetmetropole so mitgeprägt wie der aus Vietnam stammende Kultkoch.

Wann? Sonntag, 25.6.23,
12 bis 20 Uhr
(bei jeder Witterung)
199 Euro/Person

Anmeldung unter
[geschwister-rauch.at/
events/das-fest](http://geschwister-rauch.at/events/das-fest)

COOKING-Eventtipp #1 **Culinary meets Art in der Mozartstadt**

Kunstliebhaber und Gourmets.

Zum zweiten Tourstopp der Culinary meets Art Reihe lädt Spitzenköchin Sandra Scheidl diesmal nach Salzburg. Gemeinsam mit dem Künstler Ivan Katalinic wird der Living Room am 23. Juni 2023 (ab 18 Uhr) in Salzburg Schallmoos künstlerisch sowie kulinarisch für einen Abend zum „place to be“. Champagnerempfang auf der Terrasse, hohe Räume mit

Dachschrägen und urbanem Design sorgen für absolute Wohlfühlathmosphäre. Eine besondere Location für einen besonderen Abend. Kunstliebhaber und Gourmets erwarten ein exklusives 7-Gänge-Menü mit einer ausgewählten Weinbegleitung, umgeben von Ivens farbenfrohen Kunstwerken. Nähere Infos zum Event sowie Tickets erhalten Sie online unter culinarymeetsart.com



COOKING Produkttipp: **15-jähriges Jubiläum**

Limited Edition. Seit 15 Jahren produziert und vertreibt das heimische Familienunternehmen NOAN hochwertige Olivenöle, Oliven und Co. Zum Jubiläumsjahr hat der Künstler Oliver Riesser drei unterschiedliche Sujets für die Halbliter-Olivenölflaschen entworfen. NOAN Classic, Douro und Intenso sind ab sofort in limitierten, farbenfrohen Jubiläumseditionen zu erwerben und zu genießen. noanoliveoil.com

Eyal Shani gilt als eine der führenden Persönlichkeiten in der israelischen Koch- und internationalen Gastroszene. Mit den beiden Outlets in Wien, Seven North und Miznon, hat er die moderne israelische Küche auch hier etabliert. Alle Restaurantkonzepte haben gemein, dass sie durch lokale und frische Zutaten, authentische Ehrlichkeit der Geschmäcker und pulsierende Stimmung ein unverwechselbares Erlebnis schaffen.



Seven North und Miznon – mediterrane Hotspots

Kulinarisches Mastermind

„Bag of Green Beans“

Zutaten

230 g grüne Bohnen
1/4 Knoblauchzehe
½ TL Meersalz
½ TL Zitronensaft
die Schale von 1/3 Zitrone
1 TL Olivenöl

Zubereitung

1. Einen Topf mit stark gesalzenem Wasser zum Kochen bringen. Die Bohnen etwa 8 Minuten lang kochen, bis sie bissfest sind, aber ihre Farbe noch nicht verloren haben.

2. Die Bohnen herausnehmen und eine Minute lang in einem Eisbad einweichen, dann in einem Sieb abtropfen lassen. Die Bohnen mit Salz, Olivenöl, Zitronenschale und Zitronensaft in einer großen Schüssel mischen.

3. Den Knoblauch darüber reiben. Die Bohnen durchschwenken, bis sich das Salz auflöst und sie glänzend sind. Abschmecken und bei Bedarf nachwürzen.

Seven North

Schottenfeldgasse 7, 1070 Wien
sevennorthrestaurant.com

Miznon Vienna

Schulerstraße 4, 1010 Wien
miznonvienna.com





Cacio e Pepe

Zutaten

250 g Bucatini-Nudeln
1EL frisch gemahlener Pfeffer
Olivenöl
Salz
60 g Pecorino und Parmesan

Zubereitung

1. Zuerst einen Topf mit Wasser und ausreichend Salz zum Kochen bringen. Sobald das Salzwasser kocht, die Nudeln hinzufügen und einen Timer für die Kochzeit stellen – eine Minute weniger, als auf der Packung angegeben.

2. Zwei Minuten vor dem Ende der Garzeit eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und frisch gemahlene Pfefferkörner hinzufügen. Die Pfefferkörner für etwa 20 Sekunden in der Pfanne rösten, bevor das Olivenöl hinzugefügt wird.

3. Das Olivenöl sollte wohldosiert eingesetzt werden, sodass der Boden der Pfanne zart benetzt ist. Die

Nudeln aus dem Wasser nehmen und 500 ml des Nudelwassers aufbehalten und zur Seite stellen.

4. Davon 250 ml direkt in die Pfanne mit Pfefferkörnern und Olivenöl gießen und die Flüssigkeit nochmals abschmecken, bevor die Nudeln und dann der frisch geriebener Pecorino-Käse sowie etwas Parmesan hinzugegeben werden.

5. Nun die Flüssigkeit in der Pfanne durch die Verwendung einer Nudelzange auf emulgieren, sodass sich eine Emulsion zwischen dem Käse und dem Wasser bildet – dies kann 1-2 Minuten intensives Rühren erfordern. Die Pasta ist fertig, sobald die Flüssigkeit in der Pfanne cremig und glatt ist.

6. Möglicherweise muss etwas mehr Nudelwasser hinzugefügt werden, wenn das Gericht noch etwas ölig ist – oder mehr Pecorino, wenn es zu wässrig wirkt.

Sweet Potato Brain

Zutaten

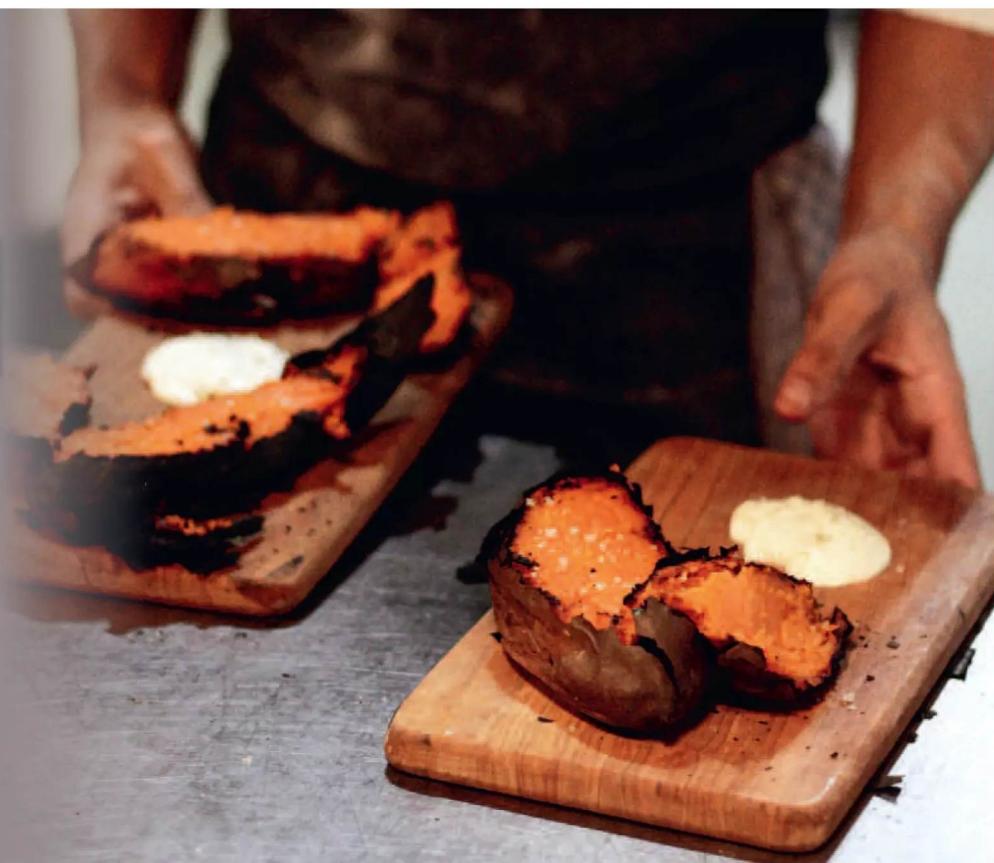
1große Süßkartoffel
4EL Sauerrahm
grobes Salz

Zubereitung

1. Einen Pizzastein in der Mitte des Ofens platzieren und auf 230 Grad vorheizen.

2. Die Süßkartoffel direkt auf den Pizzastein legen und etwa eine halbe Stunde lang backen, bis sie innen weich und außen leicht verbrannt ist.

3. In die Hälfte teilen, mit Salz bestreuen und Sauerrahm an der Seite anrichten und servieren.



Süße KÜCHE

Mireya
Muñoz Mera
Ecuadorianische
Botschafterin in
Österreich

Erkenntnisse mit Publikum teilen

Die ecuadorianische Botschafterin im COOKING-Talk über die Forschungsergebnisse.

Welche Bedeutung haben die neuesten Erkenntnisse?

MIREYA MUÑOZ MERA Die archäologischen Beweise der Forschungen in Santa Ana - La Florida haben die Jahrtausende alte gesellschaftliche Nutzung von Kakao bestätigt. Er wurde für die Verarbeitung von Nahrungsmitteln und Getränken, als natürliches Heilmittel und Mittel für kommerzielle Transaktionen verwendet. Zudem hatte Kakao symbolischen und identitätsstiftenden Wert. Ursprung und Anbau dieses feinen Kakao durch die einheimische Bevölkerung und durch Einwanderer, die sich als Bauern niederließen, haben eine lange Historie und es gibt verschiedene Formen der Verbreitung an die Pazifikküste und schließlich in den Rest Amerikas. Das HEINDL-SchokoMuseum bietet die passende Bühne, um diese Erkenntnisse über den Ursprung des Kakao mit einem breiten Publikum zu teilen.



DIE ÜBERGABE des wertvollen Exportnats an Andreas Heindl, Geschäftsführer der Confiserie Heindl, erfolgte durch Mireya Muñoz Mera. heindl.co.at

Thema der Woche:
Wissenswertes



BEAN TO BAR. Hobby-Chocolatiers als auch kleine Produzenten erhalten in diesem Buch alle wesentlichen Informationen, um selbst Schokolade zu produzieren. Stocker/19,90 Euro



DIE WAHRE GESCHICHTE DER SCHOKOLADE. Dieses Buch entführt in die ur-alte, wechselhafte und überaus spannende Geschichte der Schokolade. Fischer/20,90 Euro



KAKAO lässt sich nicht nur zur Herstellung von Schokolade verwenden, sondern ist vielfältig einsetzbar, wie dieses Buch zeigt. Mandelbaum/14 Euro

COOKING-News

Kakao-Geschichte neu geschrieben

Die **Historie des Kakao** muss neu geschrieben werden. Kakao zählt zu den bedeutendsten Rohstoffen weltweit und dient vorrangig der Schokoladenproduktion, findet jedoch auch Verwendung in der Kosmetik- und Pharmaindustrie. Jährlich werden etwa 4,7 Millionen Tonnen Kakao produziert, während der weltweite Umsatz von Kakao- und Schokoladeprodukten bei rund 84 Milliarden Euro pro Jahr liegt. Aktuelle Studienergebnisse eines internationalen

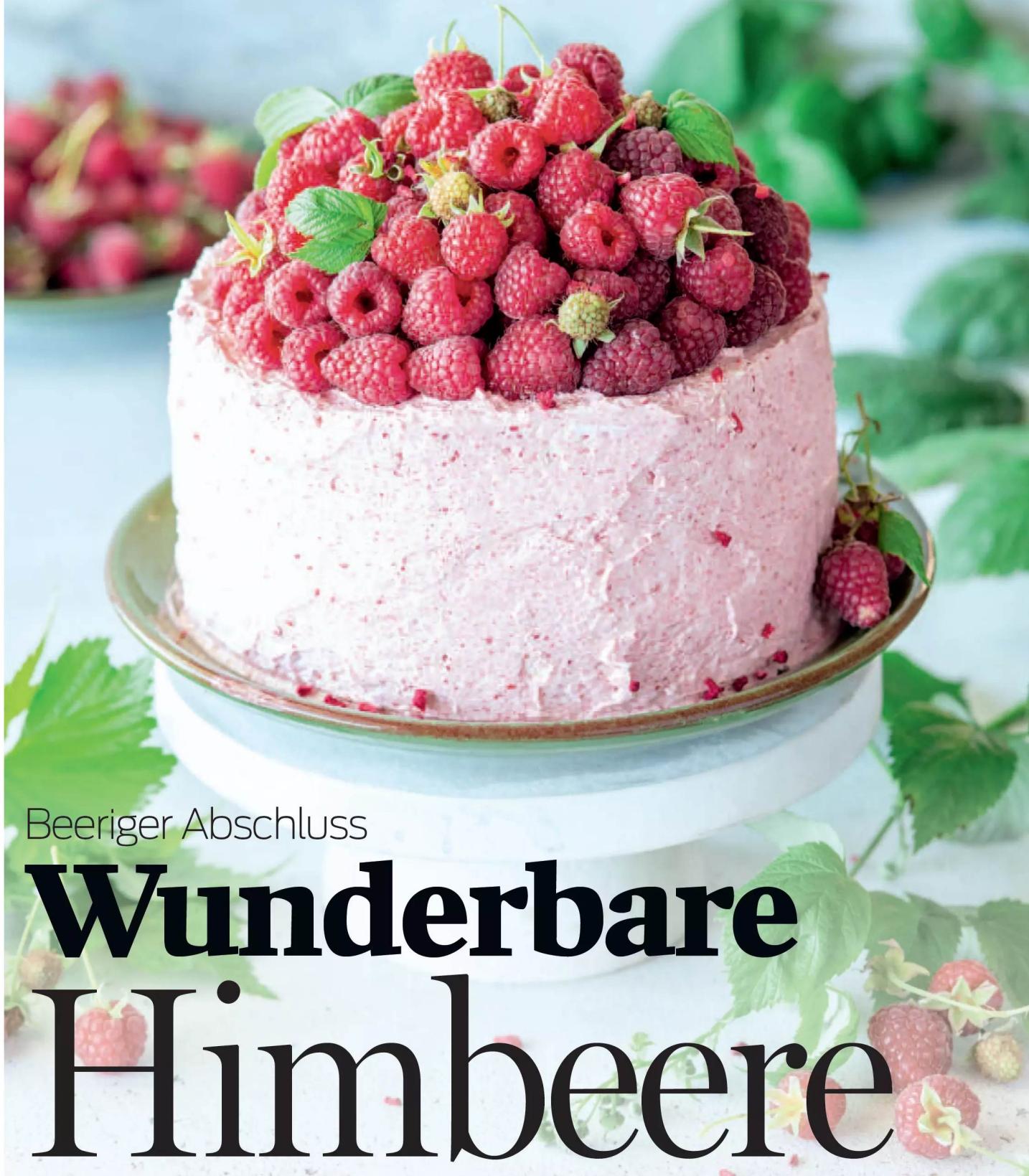
Forschungsteams zeigen, dass die Wurzeln des Rohstoffs im oberen Amazonasgebiet Ecuadors liegen und nicht, wie lange angenommen, in Mittelamerika. Darüber hinaus zeigen die Forschungen, dass die Nutzung von Kakao um 3.500 v. Chr. begann, also etwa 1.500 Jahre früher, als bisher angenommen. Ein antikes Kakao-Trinkgefäß, eine von nur wenigen Repliken in ganz Europa, kann ab sofort exklusiv im SchokoMuseum der Confiserie Heindl besichtigt werden.



COOKING Produktipp: Typisch Wien

Das **Traditionshaus Figlmüller Wien** sorgt mit seinen vier neuen Schokoladentafeln für süße Momente: Naschkatzen haben die Wahl zwischen Wiener Melange, Vanillekipferl, Sachertorte, und Apfelstrudel! shop.figlmüller.at

**Klein, aber oho: Himbeeren zählen zu
unseren liebsten Sommerfrüchten.
Daher war klar, dass sie in Torte,
Windbeutel und weiteren Desserts
Platz nehmen. Ein Traum!**



Beeriger Abschluss

Wunderbare Himbeere

Himbeer-Buttercremetorte

Zutaten

Für die Böden:

4 Eier, 80 g Zucker
50 g Marzipanrohmasse
100 g weiche Butter
1Msp. Vanillemark
1/2TL Rosenwasser
175 g Mehl
1/2TL Backpulver
Außerdem:
175 g Butter, 125 g Eiweiß
200 g Staubzucker
1Prise Salz
250 g Himbeeren
20 g Himbeeren, getrocknet

Zubereitung

1. Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Boden einer Springform (ca. 20 cm ø) mit Backpapier auslegen.

■ Dauer: 2 h 30 min ■ Schwierigkeit: mittel ■ Portionen: 8-10

2. Eier trennen, das Eiweiß mit der Hälfte des Zuckers steifschlagen. Marzipan zerkleinern und nach und nach mit dem Eigelb und dem übrigen Zucker glatkrähen.

3. Butter und Vanillemark zugeben, Rosenwasser ergänzen und die Masse sehr gut schaumig schlagen. Mehl mit Backpulver mischen, darüber sieben und kurz unter die Eigelbmasse ziehen. Eischnee darauf setzen und unterheben.

4. Den Teig in die Form geben, glatt streichen und im Ofen in ca. 35-40 Minuten goldbraun backen

(Stäbchenprobe). Herausnehmen und abkühlen lassen, dann aus der Form nehmen und zweimal waagrecht durchschneiden.

5. Für die Creme die Butter Zimmertemperatur annehmen lassen. Eiweiß mit Staubzucker und Salz sehr gut steifschlagen. Butterstückchenweise zugeben und unterschlagen, bis die Masse homogen und luftig ist.

6. 100 g Himbeeren pürieren, durch ein Sieb streichen und das Püree unter die Buttercreme ziehen. Getrocknete Himbeeren mit dem Mörser zerstampfen und ebenfalls unterziehen.

7. Einen Tortenboden auf eine Platte setzen und mit 1-2 EL Creme bestreichen. Einige Himbeeren halbieren, auf der Creme verteilen und mit wenig Creme bedecken.

8. Nächsten Boden darauf setzen, leicht andrücken, mit Creme und Himbeeren bestreichen und so fortfahren, bis alle Böden eingeschichtet sind. Die Torte rundherum mit der übrigen Creme einstreichen und 1 Stunde kalt stellen. Zum Servieren mit den restlichen Himbeeren belegen.

Himbeertarte

■ Dauer: 5 h 05 min
■ Schwierigkeit: leicht
■ Portionen: 8-10

Zutaten

130 g Mehl; und zum Arbeiten
80 g Mandeln; fein gemahlen
1Prise Salz
90 g Zucker; fein
1EL Vanillezucker
2 Eigelb
90g Butter; kalt, und für die
Form
Für den Belag:
200 g Kuvertüre, weiß
400 g Obers, 2 Eier
2 Eigelb
2EL Zitronensaft
200 g Himbeeren
Außerdem:
100 g Himbeeren; nach Belieben
mit Stiel und Blättern,
zum Garnieren
Staubzucker; zum Bestäuben

Zubereitung

1. Mehl, Mandeln und Salz mischen und auf einer Arbeitsfläche anhäufen. Mittig eine Mulde eindrücken, Zucker, Vanillezucker und Eigelb hineingeben. Die kalte Butter in Stückchen auf dem Mehrland

verteilen.

2. Alles krümelig hacken, dann rasch mit den Händen zu einem glatten, homogenen Teig verkneten. Zur Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kühl ruhen lassen.

3. Den Backofen auf 180°C Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Tarteform (ca. 22 cm ø) mit Butter fetten und mit Mehl ausstreuhen, überschüssiges Mehl ausklopfen.

4. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und die Form damit auskleiden, dabei auch einen Rand formen. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen, mit Backpapier und Keramikkugeln (oder getrockneten Hülsenfrüchten) belegen und im Ofen 10-15 Minuten blindbacken.

5. Inzwischen die Kuvertüre hacken und in eine Schüssel geben. Das Obers erhitzen, darübergießen, alles 3-4 Minuten stehen

lassen, dann glatkrähen und wieder abkühlen lassen. Eier und Eigelb dazugeben und den Zitronensaft unterrühren.

6. Die Himbeeren verlesen, bei Bedarf abbrausen und trockentupfen. Den Teigboden herausnehmen, kurz abkühlen lassen und die Ofentemperatur auf 150°C reduzieren. Keramikkugeln und Backpapier wieder entfernen.

7. Die Kuvertüremasse auf den Boden gießen, die Himbeeren darauf verteilen und die Tarte im Ofen 35-40 Minuten backen. Der Belag soll in der Mitte nicht ganz fest sein.

8. Die Tarte abkühlen lassen, dann noch 3-4 Stunden kühlstellen. Zum Servieren mit Himbeeren und Blättern garnieren und leicht mit Staubzucker bestäuben.





Schoko-Himbeer-Pavlova

■ Dauer: 2 h
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 10

Zutaten

6 Eiweiß, 300 g Staubzucker
1EL Apfelessig
1EL Speisestärke
2EL Kakaopulver
400 g Himbeeren
60 g Zartbitter-Schokolade
300 g Obers
2EL Himbeeren, gefriergetrocknet

Zubereitung

1. Den Backofen auf 100 °C Umluft vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

2. Das Eiweiß steifschlagen und den Staubzucker nach und nach einrieseln lassen. Die Creme glänzend schlagen und dabei den Apfelessig mit der gesiebten Stärke untermischen. Den Kakao darüberstreuen und marmoriert unterziehen.

3. Die Masse in zwei Portionen auf das Backblech set-

zen und zu zwei Kreisen (ca. 20 cm) verstreichen, dabei jeweils in der Mitte eine kleine Mulde formen.

4. Im Ofen ca. 1,5 Stunden möglichst hell backen (am besten mit einem in der Backofentür eingeklemmtem Kochlöffelstiel). Das Baiser mit dem Papier vom Blech ziehen und auskühlen lassen.

5. Die Himbeeren verlesen und etwa 150 g mit einer Gabel fein zerdrücken. Die Schokolade fein raspeln. Das Obers steifschlagen und auf die beiden Pavlovas streichen. Das Himbeerpuree darüber geben und mit Schokolade bestreuen.

6. Eine Pavlova mit ein paar Himbeeren belegen und die zweite Pavlova auflegen. Mit den übrigen Himbeeren belegen und mit zerbrockelten, getrockneten Himbeeren bestreuen. Nach Belieben mit Himbeerblättertarnen garnieren.

Himbeer-Babka

■ Dauer: 2 h 20 min
■ Schwierigkeit: mittel
■ Portionen: 10

Zutaten

30 g Germ, 50 g Zucker
150 ml Milch; lauwarm
325 g Mehl; und zum Arbeiten
1Prise Salz, 1Ei, 75 g Butter
200 g Himbeeren
2EL Gelierzucker; 2:1
30 g Mandeln

1EL Mandelblättchen, 1Eigelb

Außerdem:

100 g Himbeeren;
für die Garnitur
100 g Staubzucker; und zum
Bestäuben

Zubereitung

1. Germ mit 1 EL Zucker in der lauwarmen Milch auflösen und ca. 10 Minuten ruhen lassen. Mehl mit übrigen Zucker, Salz und Ei in eine Schüssel geben.

2. Germmilch zugießen, die Butter in Stücke ergänzen und alles mit den Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten Teig verarbeiten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

3. Inzwischen die Himbeeren verlesen, bei Bedarf waschen und abtropfen lassen. Behutsam mit dem Gelierzucker vermengen und ziehen lassen.

4. Backofen auf 180 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (30 cm lang)

mit Backpapier auslegen.

5. Mandeln hacken und mit den Mandelblättchen mischen. Den Teig auf einer bemehlten Fläche noch einmal kurz durchkneten, dann zu einem Rechteck (ca. 30x40 cm) ausrollen. Mit den Himbeeren bestreuen, dabei ringsherum einen 1,5-2 cm breiten Rand frei lassen.

6. Von den beiden langen Seiten her den Teig zur Mitte hin einrollen, längs durchschneiden und beide Stränge vorsichtig in sich verdrehen, sodass ein Zopf entsteht.

7. Teigenden nach unten umschlagen und den Teigling in die Form legen. Das Eigelb mit 1 TL Wasser verquirlen, die Teigoberfläche damit bestreichen und mit den Mandeln bestreuen.

8. Im Ofen in ca. 40 Minuten goldgelb backen (Stäbchenprobe). Herausnehmen, leicht abkühlen lassen, dann aus der Form stürzen und vollständig auskühlen lassen.

9. 3 Himbeeren zum Garnieren in eine Schale geben und mit einer Gabel fein zerdrücken. Staubzucker mit Wasser dickflüssig anrühren, Himbeerpuree untermischen und die Glasur auf der Babka verstreichen.

10. Trocknen lassen, dann nach Belieben mit den restlichen frischen Himbeeren verzieren, mit wenig Staubzucker bestäuben und servieren.





Himbeer-Panna Cotta

■ Dauer: 3h 20 min
■ Schwierigkeit: leicht
■ Portionen: 4

Zutaten

3 Blätter Gelatine
350 g Himbeeren
400 ml Obers
6 EL Honig
4 EL Mascarpone
Minze; für die Garnitur

Zubereitung

1. Die Gelatine kalt einweichen. Die Himbeeren verlesen, waschen, abtropfen lassen und 12 Stück für die Garnitur beiseitelegen.
2. Vom Obers 200 ml mit 4 EL Honig leicht erhitzen und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen.
3. Die Himbeeren pürieren und mit dem restlichen Obers verrühren. Davon 3 EL abnehmen, mit dem warmen Obers verrühren, dann den Rest untermischen.
4. Die Panna Cotta in Gläser füllen und ca. 3 Stunden kühlstellen. Zum Servieren jeweils mit Mascarpone toppen und mit dem übrigen Honig beträufeln. Mit den restlichen Himbeeren und Minzblättchen garnieren.

Himbeer-Windbeutel

■ Dauer: 1h 10 min
■ Schwierigkeit: schwierig
■ Portionen: 12-14

Zutaten

Für den Brandteig:
250 ml Milch, 1 Prise Salz
60 g Butter, 150 g Mehl, 4 Eier
Für die Füllung:
150 g weiche Butter
150 g Staubzucker; und zum Bestäuben
1/2 TL Vanillepulver
150 g Frischkäse; Zimmertemperatur
400 g Himbeeren
1 EL Himbeeren, gefriergetrocknet

Zubereitung

1. Die Milch mit Salz und Butter in einem kleinen Topf aufkochen lassen. Vom Herd

nehmen und das Mehl auf einmal dazu schütten. Mit einem Kochlöffel gut unterrühren und den Teig zurück auf der Hitze abbrennen. Dazu kräftig rühren, bis sich der Teigkloß vom Boden löst und sich ein weißer Belag gebildet hat.

2. In eine Schüssel geben, kurz abkühlen lassen und nach und nach die Eier untermengen. Alles zu einem geschmeidigen, glatten Teig verrühren und in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen.

3. Den Ofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Den Teig (mit etwas Abstand) in ca. 12 Ringen (8-9 cm) auf ein mit Backpapier belegtes Backblech aufsprit-

zen. Im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten goldbraun backen. Vom Blech nehmen und auskühlen lassen.

4. Für die Creme die weiße Butter mit Staubzucker und Vanille weiß-cremig aufschlagen. Den Frischkäse kurz unterrühren und die Masse nach Bedarf kalt stellen. In einen Spritzbeutel mit gezackter Tülle füllen.

5. Die Himbeeren verlesen. Die Windbeutelringe waagrecht halbieren und die Buttercreme auf die Unterseiten spritzen. Mit den Himbeeren belegen und die Deckel auflegen. Die getrockneten Himbeeren darüber bröseln und mit Staubzucker bestäuben.



Sommerliebling

Endlich wieder Eis am Stiel

*Ob Kokos-Limette,
Eiskaffee oder Heidel-
beere-weiße Schokola-
de – diese Kreationen
sind garantiert schnell
vergriffen!*





Kokos-Limette

- Dauer: 4 h 20 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 8

Zutaten

2 Limetten, Bio
200 ml Kokosmilch
200 ml Kokoscreme
50 g Kokosblützucker

Zum Servieren:

Eiswürfel
2 EL Limettenschale, Bio; Zesten

Zubereitung

1. Limetten heiß waschen, trockentupfen und die Schale von einer Frucht sehr fein abreiben. Die Schale der 2. Limette in Zesten abziehen. Beide Limetten auspressen.

2. Kokosmilch mit Kokoscreme und Zucker unter Rühren erhitzen (nicht kochen), bis der Zucker sich gelöst hat. Die Mischung beiseitestellen, feinen Limettenabrieb und 2 EL Limettensaft unterrühren.

3. Die Mischung mit Limettensaft abschmecken, in Eisförmchen (ca. 80 ml) füllen und ca. 1 Stunde tiefkühlen. Holzstäbchen einstecken und das Eis weitere 2 Stunden gefrieren lassen.

4. Das Eis aus den Förmchen lösen, mit Limettensaft bestreichen und mit den Limettenzesten bestreuen. Vor dem Servieren erneut ca. 1 Stunde tiefkühlen.

5. Nach Belieben das Eis mit dem Stiel in eine Schale mit Eiswürfeln stecken und mit frischen Limettenzesten bestreuen.



Heidelbeere-weiße Schokolade

- Dauer: 5 h 20 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 8

Zutaten

300 g Heidelbeeren
60 g Staubzucker
100 ml Obers
80 g Schokolade, weiß
400 g Joghurt, griechisch
2-3 EL Honig
1 TL Vanilleextrakt

Zubereitung

1. Staubzucker und 80 ml Wasser in einer Kasserolle aufkochen, ca. 5 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen, dann beiseitestellen und die Masse nach Belieben pürieren oder direkt verwenden.

2. Das Obers erhitzen. Die

weiße Schokolade in Stücke brechen, im heißen Obers schmelzen, beiseitestellen und abkühlen lassen.

3. Das Joghurt in einer großen Schüssel mit 2 EL Honig glattrühren. Das abgekühlte Schokoladenobers und den Vanilleextrakt unterziehen und die Masse mit Honig nach Geschmack süßen.

4. Die Heidelbeeren zufügen und nur leicht unterziehen, so dass ein dekoratives Muster entsteht. Die Mischung in die Eisförmchen (ca. 80 ml) füllen, den Deckel auflegen und die Masse ca. 1 Stunde tiefkühlen. Holzstäbchen einstecken und das Eis vor dem Servieren noch mindestens 4 Stunden durchfrieren lassen.



Eiskaffee

- Dauer: 5 h 15 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 8

Zutaten

250 g Kondensmilch, gesüßt
1 TL Vanilleextrakt
6 g Kaffeepulver; Instant
3 EL Zucker
1 Prise Salz
200 g Obers

Zubereitung

1. Kondensmilch mit Vanilleextrakt, Kaffeepulver und Zucker erwärmen und verrühren. Mit Salz abschmecken und wieder abkühlen lassen.

2. Obers halbsteif schlagen, unterheben und die Masse in acht Stieleisförmchen (ca. 80 ml) füllen.

3. Für etwa eine Stunde anfrieren lassen, Holzstäbchen hineinstecken und weitere ca. 4 Stunden durchfrieren lassen.



Das neue **COOKING PREMIUM** Magazin

Nr. 3/2. Juni 2023
4,90€ www.cooking.at

Cooking **Cooking**
ÖSTERREICHS GRÖSSTES WÖCHENTLICHES KOCH- UND GENUSS-MAGAZIN

PIKANT TRIFFT FRUCHTIG
Verführerische Salatkreationen

GENUSS UM WENIG GELD
Schlemmen auf Sparflamme

AUS ALLER WELT
Zu Gast bei Frida Kahlo
Umbrische Hausmannskost

Der Zauber der Marille
Frühsommerliebling: Tartes, Knödel, Röster

Premium

JETZT für nur **€ 4,90**
in Ihrer Trafik und im Supermarkt

Barcode: 978-3-99021-620-0

Die besten Rezepte, Inspirationen zum Kochen und Gourmet-Tipps für Sie **in einem Magazin!**



[cooking_magazin](#)



[cooking_magazin](#)

Erhältlich in jeder Trafik und im Supermarkt



Bringt Schwung in jede Küche.

MESSERSERIE DARKLINE

MADE IN TIROL

Die sechs Messer der DARKLINE sind ein absoluter Hingucker für jeden Haushalt. In 64 Arbeitsschritten von Meisterhand manufakturgefertigt, überzeugt diese Messerserie durch Qualität und Präzision.

Erhältlich in unserem Onlineshop tyrolitlife.com

TYROLIT LIFE