

Cooking

ÖSTERREICHS GRÖSSTES WÖCHENTLICHES KOCH- UND GENUSS-MAGAZIN

MODERN SOULFOOD

*Hank Ge setzt
in seinen
Lokalen auf
Bali Vibes*

PRAKTISCH

*Küchenhelfer
für ein
einfacheres
Einkochen*

Sommer auf Vorrat

Einlegen, einkochen und fermentieren!



INSALATA CAPRESE

MIT KÜRBISKERNÖL
UND PETERSILIE

Schärdinger



Zum Rezept:



Schärdinger. So schmeckt mir das Leben!



Happy Friday!

Haben Sie den Sommer auch schon ins Glas gepackt? Wenn nicht, ist spätestens jetzt die Zeit gekommen, um Platz in der Vorratskammer zu schaffen: Diese Woche richten sich nämlich alle Blicke auf unsere Rezepte rund ums **Einlegen** und **Einkochen**.

Zunächst einmal starten wir mit einem Gemüsepot-pourri aus Melanzani, Karotten, Zwiebeln und vielem mehr. Das frische Gemüse möchte schließlich auch außerhalb der Saison genossen werden. Probieren Sie einfach alle Rezepte aus, denn im Anschluss lässt sich das eine oder andere Gericht damit ganz wunderbar aufpeppen.

In Sachen Marmelade haben wir natürlich auch noch was zu bieten, jedoch weichen wir diesmal bewusst von den Klassikern ab – denn im süßen Aufstrich steckt so einiges und da darf es auch gerne mal mehr als Erdbeere, Marille oder Himbeere sein!

Viel Freude mit unseren Rezepten und News!

Natalie Ezzo
Chefredakteurin
n.ezzo@oe24.at

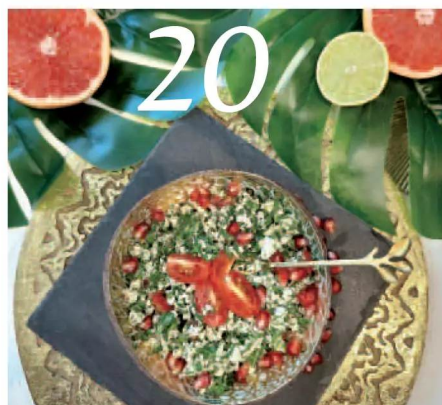
Inhalt Cooking 33



6 **AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, EINLEGEN.** Gläservoller feinsten Aromen – COOKING gibt den Startschuss zum großen Einlegen!



12 **FERMENTIEREN** ist der Hit – Rezepte für Genießer!



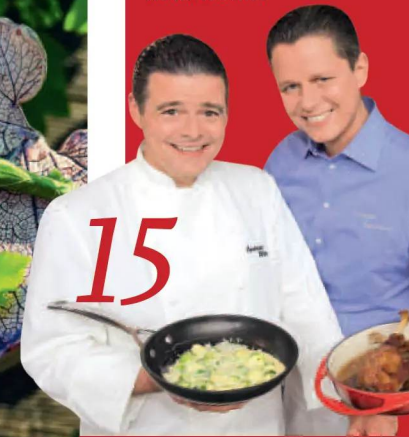
20 **URLAUBSFEELING** kommt auf, wenn man in den Lokalen von Hank Ge Platz nimmt.

24 **SPANNENDE** Marmeladenkombis für alle, die etwas Neues probieren wollen!



Andi & Alex

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



Seite 5
Kochen
AKTUELL

6 Gemüse auf Vorrat
Volle Gläser für die kommenden Monate.
12 Fermentierte Spezialitäten
Die traditionelle Methode sorgt für Geschmackserlebnisse.

Seite 23
Süße
KÜCHE

24 Marmelade mal anders
Diesmal kochen wir Karotte, Zucchini und Co. ein!

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

Seite 28
Deko
KÜCHE

28 Praktische Helferlein
Beim Einlegen und -kochen dürfen folgende Helferlein nicht fehlen.

Seite 19
Profi
KÜCHE

20 Bali Vibes
Modern Soulfood vom Gastronomiegenie Hank Ge!



AM COVER Einlege und -koch-Spezial – alle Rezepte ab Seite 6, 12 und 24

FLEISCHERMEISTER FRITZ REINHARD

Fleischerei - Lebensmittel - Steirische Spezialitäten

1140 Wien, Braillegasse 9

Tel: 01 / 914 62 26

E-Mail: fleischerei.fritz@aon.at

Täglich

Frisch gekochte Menüs zum Abholen
5 Sorten heißer Leberkäse sowie
eine große Auswahl Gebackenes und
Gebratenes aus unserer warmen Vitrine

Zum Einsatz gelangt nur Fleisch aus unserem Vollsortiment

Rindfleisch aus Österreich (Voralpenland)
Schweinefleisch aus Österreich (Weinviertel)
Geflügelfleisch aus Österreich (Steiermark)
Lammfleisch aus Österreich (Steiermark)

Hausgemachte Spezialitäten

Rohwürstel, Bratwürstel, Käsekrainer, Blutwurst,
Leberpastete im Glas!

Einzigartig auf Vorbestellung

Steirische Brettljause für 2 Personen inkl. Brot,
dazu steirische Fruchtsäfte, Weine und Frizzante

Ihr Fleischer Fritz Team

www.fleischerfritz.at

Kochen

AKTUELL

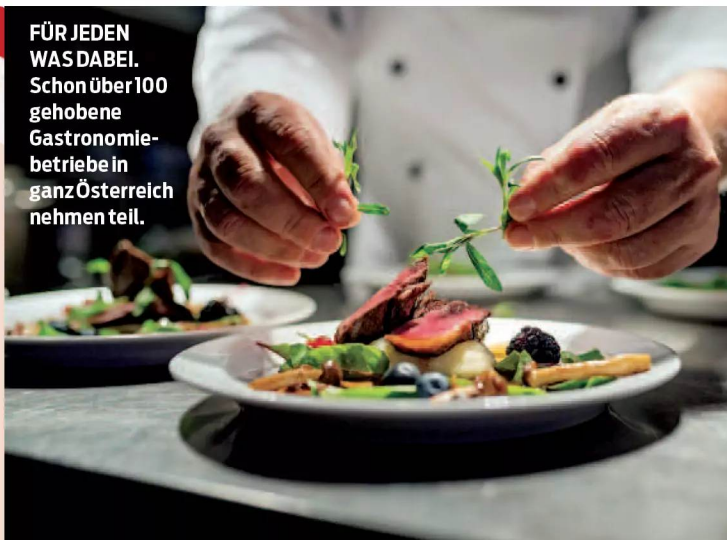
Food-
Expertin
Eva Mörwald

Das ganze Jahr vor sich „hinrexen“

Die Expertin über die Freuden und dem Frust in Sachen Eigenanbau.

Eigenanbau-Lebensmittel zu konservieren hat etwas wahnsinnig Sinnliches und Sinnvolles, finden Sie nicht auch? Zumindest am Anfang der Erntezeit. Mit fortlaufender Saison, dann, wenn die Freude über die reiche Ernte dem Frust über die Früchteschwemme weicht, kann es mitunter recht mühsam werden. Dann denke ich jedes Jahr, es wäre doch nett, die unterschiedlichen Beete/Bäume/Stauden usw. in unterschiedlichen Klimazonen zu haben. So könnte man das ganze Jahr gemütlich vor sich „hinrexen“, wie sich's halt ausgeht. Aber nein, wenn man kein internationaler Großgrundbesitzer ist und lediglich schnuckelige Gemüsegärten im Kamptal und am Wagram hat, dann geht's jetzt Mitte/Ende August richtig zur Sache. Aber es lohnt sich allemal, hausgemachte Sugas, Saucen und Eingelegtes zur Verfügung zu haben. Sie müssen nur die nachbarschaftlichen Zucchini- und andere Geschenke – beharrlich ablehnen, sonst wird's echt stressig.

FÜR JEDEN WAS DABEI. Schon über 100 gehobene Gastronomiebetriebe in ganz Österreich nehmen teil.



COOKING-News

Startschuss für die Restaurantwoche

Die österreichische Gastronomieszene steht in den Startlöchern, um die 27. Auflage der Restaurantwoche einzuläuten. Vom 04. bis zum 10. September 2023 öffnen Restaurants im ganzen Land ihre Türen: Die Veranstaltung verspricht eine Woche voller erstklassiger Menüs und unvergesslicher Geschmackserlebnisse. Während der Restaurantwoche haben Gäste unter dem Motto

„Fein speisen zu Jubelpreisen“ die Möglichkeit, exklusive Menüs zu Fixpreisen zu genießen. Jedes der Restaurants präsentiert ein speziell für die Veranstaltung zusammengestelltes Menü. Von traditionell bis international – die Restaurantwoche bietet eine breite Palette an gastronomischen Erlebnissen. Reservierungen nur online ab dem 22. August unter dierestaurantwoche.at

COOKING News: Genuss zum Fixpreis

Über 100 teilnehmende Betriebe. Bei Restaurants mit einer Haube liegt der attraktive Preis für ein zweigängiges Mittagsmenü bei 19,50 Euro und für ein dreigängiges Dinnermenü bei 39,50 Euro. Je weiterer Haube erhöht sich der Preis. Bei Restaurants ohne Haube bleibt der Preis gleich wie bei einer Haube, das Menü wird jedoch um einen Gang zum dreigängigen Lunchmenü und viergängigen Dinnermenü erweitert.

Thema der Woche:
Einkochen & -legen



399 X EINLEGEN UND EINKOCHEN. Marmelade, Gemüse, Sauerkraut, Fleisch und mehr einmachen. Ulmer/20 Euro



EINFACH NACHHALTIG EINKOCHEN. Die besten Techniken, Hilfsmittel und Tipps rund ums Einmachen, Fermentieren & Co. EMF/18,90 Euro



GLÄSER VOLLER GLÜCK. Saisonales, regionales Gemüse und Obst einkochen, fermentieren und dörren. Edition Raetia/30,50 Euro

Gemüse auf Vorrat

Karotte

DAS BELIEBTE GEMÜSE macht auch im Glas eine überaus gute Figur!

Das Rezept finden Sie auf der nächsten Seite!



Volle Gläser für die
kommenden Monate

*Schaffen Sie Platz in Ihrer
Vorratskammer, denn
Zwiebel, Karotte und Co.
warten darauf, von Ihnen
eingelegt zu werden!*

Rote Zwiebel

HAUCHDÜNNE SCHEIBEN.
Rote Zwiebeln gehen eigent-
lich immer – die eingelegte
Version wird Sie vollends
überzeugen!

**Das Rezept finden Sie
auf der nächsten Seite!**





Eingelegte Karotten

■ Dauer: 25 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 1 Glas

Zutaten

1 kg Karotten
2 Knoblauchzehen
120 ml Weißwein, trocken
300 ml Weißweinessig
120 g Zucker
5 TL Salz
2 EL Limettensaft
2 frische Lorbeerblätter
3 kleine Zweige Rosmarin;
gewaschen
1 TL Pfefferkörner, schwarz

Zubereitung

1. Die Karotten schälen

und je nach Dicke ganz lassen oder längs halbieren. Den Knoblauch abziehen.

2. Den Wein mit Essig, 180 ml Wasser, Zucker, Salz und Limettensaft, Knoblauch, Lorbeerblättern, Rosmarin und Pfefferkörnern aufkochen lassen.

3. Die Karotten dazugeben und ca. 5 Minuten mit Biss garen. Dann mit einem Schaumlöffel aus dem Sud heben und in ein sauberes, heiß ausgespültes

Einmachglas (ca. 1 l Inhalt) füllen.

4. Den Sud erneut kurz aufkochen, über die Karotten gießen und diese gut bedecken. Das Glas sofort verschließen und alles auskühlen lassen. Die Karotten halten dunkel und kühl aufbewahrt 3-6 Monate.

Tipp. Der Wein kann nach Belieben durch Gemüsefond ersetzt werden, falls kein Alkohol erwünscht ist.

Eingelegte rote Zwiebeln

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

Zutaten

2 TL Pfefferkörner, schwarz
1 TL Wacholderbeeren
200 ml Rotweinessig
100 g Honig
1 EL Salz
4 Lorbeerblätter
1 kg Zwiebeln, rot

Zubereitung

1. Pfeffer und Wacholder im Mörser grob zerstoßen. Essig mit 200 ml Wasser, Honig, Salz, Pfeffer, Wacholder und

Lorbeerblättern aufkochen lassen.

2. Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. In den Topf geben und kurz aufkochen lassen. Herausheben und in die vorbereiteten Gläser füllen.

3. Sud erneut aufkochen lassen und über die Zwiebeln gießen, so dass alles gut bedeckt ist. Sofort verschließen und auskühlen lassen. Kühl und dunkel lagern.



Eingelegte Paprika mit Kraut befüllt

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

Zutaten

1 Spitzkraut
Salz
1 1/2 kg kleine Paprikaschoten
750 ml Weißweinessig
200 g Zucker
1 EL Wacholderbeeren
2 TL Pfefferkörner, schwarz
8 Lorbeerblätter
1 Hand voll Dill

Zubereitung

1. Das Spitzkraut halbieren,

Strunk entfernen und die Hälften in feine Streifen schneiden. Mit Salz in einer Schüssel mischen, kurz kneten und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Paprikaschoten waschen, einen Deckel abschneiden und das Kerngehäuse entfernen.

2. Den Essig mit 750 ml Wasser, dem Zucker, 50 g Salz und den Gewürzen in einem Topf aufkochen lassen. Die Paprikaschoten dazugeben und ca. 5 Minuten

mitköcheln. Mit einer Schaumkelle herausholen, abtropfen und abkühlen lassen. Das Kraut in die Paprikas füllen und diese auf vier sterile Gläser (à ca. 700 ml) verteilen. Den Dill hinzufügen.

3. Den Sud nochmals aufkochen und kochend heiß über die Paprikaschoten gießen. Die Gläser verschließen und auskühlen lassen. Vor dem Verzehr 2-3 Tage durchziehen lassen.





Sauer eingelegte Pilze

- Dauer: 25 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 4 Gläser

Zutaten

1 kg Pilzmischung;
z.B. Eierschwammerl,
Steinpilze, Champignons,
etc.
1 Karotte, 60 g Krenwurzel
2 Chilischoten, rot
750 ml Weißweinessig
2 EL Salz
1 EL Zucker
4 Lorbeerblätter
1 EL Senfkörner
2 TL Piment
2 TL Pfefferkörner,
schwarz

Zubereitung

1. Die Pilze sorgfältig putzen und je nach Größe

ganz lassen oder in Stücke schneiden. Karotte und Kren schälen und in Scheiben schneiden. Chilis waschen.

2. Den Essig mit dem Salz, Zucker, 500 ml Wasser, Lorbeer, Senf, Piment und Pfeffer aufkochen lassen. Die Pilze, Karotte, Kren und Chilis zugeben und ca. 5 Minuten darin kochen.

3. Den Inhalt mit einem Schaumlöffel aus dem Sud heben (auch Gewürze und Gemüse) und in vorbereitete sterile Gläser (ca. 350 ml) füllen. Den Sud nochmals aufkochen und heiß darübergießen. Die Gläser verschließen und abkühlen lassen.

Melanzani in Öl eingelegt

- Dauer: 25 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 2 Gläser

Zutaten

2 TL Salz
200 ml Weißweinessig
3 Knoblauchzehen
2 Chilischoten
1 TL Pfefferkörner, schwarz
1 TL Oregano, getrocknet
21/2 kg Melanzani
400 ml Olivenöl; oder nach Bedarf

Zubereitung

1. In einem Topf Salzwasser mit dem Essig aufkochen. Den Knoblauch abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Chilischoten abbrausen, putzen und kleinschneiden.

Den Pfeffer grob zerstoßen und mit Oregano, Chili und Knoblauch vermischen.

2. Melanzani schälen, längs in ca. 5 mm dicke Scheiben, dann quer in dünne Streifen schneiden. Portionsweise in den Topf geben und jeweils ca. 2 Minuten blanchieren.

3. In einem Sieb abschrecken und gut abtropfen lassen. In 3 vorbereitete Gläser (à ca. 400 ml) füllen und dabei mit der Würzmischung bestreuen. Mit dem Öl auffüllen, auf der Arbeitsfläche aufstoßen oder mit einem Stäbchen Luftblasen entfernen und gut verschlossen an einem kühlen Ort aufbewahren.





Eingelegte Zucchini

- Dauer: 35 min + 25 h Ziehen
- Schwierigkeit: mittel
- Portionen: 2 Gläser

Zutaten

40 g Zwiebeln
800 g Zucchini, gelb
200 g Zucchini
2 EL Salz
500 ml Apfelessig
200 g Zucker
1/2 TL Muskat
2-3 TL Senfkörner
1-2 TL Zitronen-
thymianspitzen

Zubereitung

1. Die Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. Die Zucchini waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebel und Zucchini mit 500 ml kaltem Wasser in eine große Schüssel geben. Das Salz ergänzen und gut untermischen. Ab-

gedeckt ca. 1 Stunde durchziehen lassen, sodass die Zucchini weich werden.

2. In der Zwischenzeit den Essig mit dem Zucker, Muskat, Senf, Pfeffer und Thymian in einem weiten Topf aufkochen lassen. Etwa 5 Minuten bei geringer Hitze zugedeckt köcheln lassen, dann vom Herd ziehen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

3. Die Zucchini in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen. Mit der Essigmischung vermengen und in zwei sterilisierte Gläser (ca. 800 ml) abfüllen. Falls nötig ein wenig abgekochtes Wasser ergänzen, bis die Zucchini vollständig mit Flüssigkeit bedeckt sind. Gut verschließen und vor dem Verzehr mindestens einen Tag an einem kühlen, dunklen Ort durchziehen lassen.



Eingelegte Zitronen

- Dauer: 35 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 2

Zutaten

12 Zitronen, Bio
1 TL Koriandersamen
1 TL Kümmelsamen
4 Lorbeerblätter
200 g grobes Meersalz

Zubereitung

1. Den Backofen auf 100 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Zwei Einmachgläser (ca. 0,5 l) mitsamt den passenden Deckeln für ca. 20 Minuten in den Ofen stellen, anschließend vorsichtig herausnehmen (ohne die Gläser innen zu berühren) und bereitstellen.

2. Etwa 10 Zitronen waschen, mit Küchenpapier

trockentupfen und längs vierteln. In die vorbereiteten Gläser füllen. Die übrigen Zitronen entsaften.

4. Jeweils 100 g Salz, 0,5 TL Koriander, 0,5 TL Kümmel und 2 Lorbeerblätter in die Gläser geben. Den Zitronensaft auf die Gläser verteilen und alles mit Wasser auffüllen.

5. Die Gläser luftdicht verschließen und die eingelegten Zitronen für ca. 4 Wochen an einen dunklen kühlen Ort stellen. Alle 2-3 Tage die Gläser leicht schütteln, damit sich das Salz gut verteilt. Anschließend sind die Salzzitronen genussfertig, sie halten mindestens 3 Monate.



Getrocknete Paradeiser in Öl

- Dauer: 4 h 30 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 3 Gläser

Zutaten

2 kg Eierparadeiser
1 EL Meersalz
1 TL Zucker
1 Hand voll Kräuter;
z.B. Oregano, Rosmarin,
Thymian, Salbei
6 Knoblauchzehen
750 ml Olivenöl

Zubereitung

1. Den Ofen auf 120 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Paradeiser waschen, trocken reiben und längs halbieren. Mit der Schnittfläche

nach oben auf einem Backblech verteilen und mit Salz und Zucker bestreuen.

2. Für ca. 4 Stunden im Ofen trocknen. Herausnehmen und abkühlen lassen. In 3 sterilisierte Schraubgläser (à ca. 500 ml) füllen. Knoblauch andrücken und hinzufügen. Kräuter waschen, trockentupfen und auf die Gläser verteilen.

3. Mit dem Öl auffüllen, so dass alles bedeckt ist, verschließen und an einem dunklen kühlen Ort lagern. Hält sich ungeöffnet mehrere Monate. Nach dem Öffnen im Kühlschrank aufbewahren und zeitnah verbrauchen.

RÖSLE

SINCE 1888

Gemüsemesser Artesano von RÖSLE

Für perfekt geschnittenes Gemüse

**Solinger Messerkunst trifft
auf italienische Eleganz.**

Handgeschmiedet, perfekt ausbalanciert und mit einem Olivenholzgriff aus Italien liegt das Gemüsemesser von RÖSLE angenehm in der Hand. Durch seine kleine, präzise geschliffene Klinge ist es ideal zum Zerkleinern oder Schälen von Tomaten und Co. Erhältlich im Handel oder auf www.roesle.com



WERBUNG

Wein- / Ahornblätter zum Füllen

- Methode: **in Lake**
- Menge: **ca. 200 g**
- Behälter: **600-ml-Weckglas (Zylinderform)**

Zutaten

1 EL Salz, 0–30 große Wein- oder Ahornblätter
nach Belieben: Kräuter auf griechische Art, z. B. Thymian, Rosmarin, Salbei, Dill, Minze
½ Zwiebel, 1 Knoblauchzehe
12 g Salz (2,5 %)

Zubereitung

1. 1 EL Salz in einer Schüssel mit ½ Liter Wasser auflösen und die Weinblätter darin eine Stunde einlegen. Mit einem Teller beschweren, sodass alles schön unter Wasser bleibt. Dadurch werden die Blätter weich und können im nächsten Schritt leichter gerollt werden. Die Zwiebel schälen und in halbe Ringe schneiden. Die Knoblauchzehe schälen und halbieren.

2. Die Blätter kurz mit kaltem Wasser abspülen und die Stiele auf einige cm einkürzen. Jeweils 5 Blätter übereinander stapeln, von der Blattspitze her eng aufrollen und die Rolle mit dem Teller beschweren, damit sie nicht wieder aufgeht. Mit allen Blättern genauso verfahren.

3. 12 g Salz ins Weckglas geben und mit einer ½ Tasse kaltem Wasser auflösen. Die Zwiebel und den Knoblauch (und evtl. die Kräuter) unten ins Glas geben. Die Blattrollen vorsichtig einlegen und mit kaltem Wasser bis 1,5 cm unter den Rand auffüllen. Einen kleinen Deckel darauflegen und das Glas mit Gummi und Klammern verschließen.

Gärung. 5–7 Tage bei 19–21 Grad.

Reifung. 2–3 Wochen bei 15–18 Grad.

Verwendung. Für griechische Dolmades mit Füllung aus gewürztem Reis. Andere Füllungen: Frischkäse, Käsescheiben, Schinken, Kräutertopfen, Aufstrich, fermentiertes Gemüse.

Traditionelle Methode Fermentieren Spezialität

Maurice K. Grünig, AT Verlag / www.at-verlag.ch

tierte ten



Fermentieren von Gemüse und Obst hat eine lange Tradition – es gehört zu den ältesten, natürlichsten, schonendsten Konservierungsmethoden der Welt. Sibylle Hunger, die bayrische Fermentista, zeigt, wie eine gesunde, nachhaltige Ernährung mit fermentierten Lebensmitteln gelingen kann.

Sriracha klassisch

- Methode: **im eigenen Saft**
- Menge: **ca. 500 g**
- Behälter: **630-ml-Weck-Saftflasche**

Zutaten

500 g rote Paprika
1–2 rote Chilischoten,
z. B. Habañero
2 Knoblauchzehen
10 g Salz (2 %)

Zubereitung

1. Die Paprika waschen und den Stielansatz mitsamt Kernen entfernen. Die weiße Haut innen kann mitverwendet werden. Die Chilischote waschen und ebenfalls entstielen. Je nach gewünschter Schärfe kannst du die Kerne und inneren Häutchen mitverwenden. Die Knoblauchzehe schälen. Alles zusam-

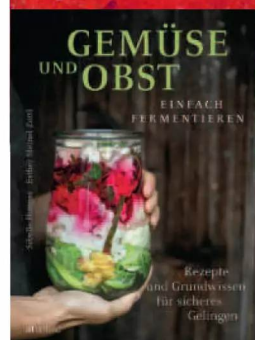
men mit dem Salz im Mixer zerkleinern. Fein oder noch leicht stückig, das ist Geschmackssache. Die Soße in die Flasche füllen bis 2 cm unter den Rand und mit Gummi und Klammern verschließen. Für die Flaschen gibt es keine Einlegedeckel, es funktioniert auch ohne.

Gärung. 5 Tage bei 19–21 Grad.

Reifung. Einige Wochen bei 15–18 Grad (nach Möglichkeit).

Verwendung. Ich verwende die Soßen wie Senf oder Ketchup zu allem, was Schärfe, Würze und Frische mag. Nach dem Öffnen kann man sie mit 1–2 EL Essig und 1 TL Zucker verfeinern und im Kühlschrank aufbewahren.





Gemüse und Obst einfach fermentieren

REZEPTE UND GRUNDWISSEN für sicheres Gelingen von Sibylle Hunger.
AT Verlag / 36 Euro

Bunte Chilischoten

- Methode: in Lake
- Menge: 100 - 200 g
- Behälter: 630-ml-Weck-Saftflasche

Zutaten

10–12 g Salz (2–2,5%)
optional: Knoblauchzehe,
Kräuterzweige,
Blüten, Gewürze
100–200 g Chilischoten
(Die Menge hängt davon ab,
wie dick das Fruchtfleisch ist
und wie groß die Schoten
sind. Aufgeschnitten passen
deutlich mehr ins Glas.)

Zubereitung

Das Salz in die Flasche geben und mit 100 ml kaltem Wasser auflösen. Knoblauch, Kräuter und Gewürze ins Glas legen. Die Chilischoten waschen, eventuell aufschneiden und in die Flasche schichten. Mit kaltem Wasser bis 2 cm unter den Rand auffüllen und mit Gummiband und Klammer verschließen.

Gärung. 7 Tage bei 19–21 Grad.

Reifung. einige Wochen bei 15–18 Grad (nach Möglichkeit).

Verwendung. Wie frische Chilischoten, als Basis für fruchtige Soßen und Salsa. Lake als universelle Flüssigwürze für Soßen, Suppen, Dressings und Dips.

Tipp. Die Schoten nach der Reifung für mindestens eine Woche in Salatöl einlegen. Aromen und Schärfe gehen ins Öl über.



IHR LIEBLINGS-MAGAZIN als E-Paper

Nehmen Sie Ihr Magazin mit in den Urlaub. Als oe24VIP Member haben Sie vollen Zugriff auf unsere gesamte Magazinwelt: **MADONNA, gesund&fit, ReiseLust, Insider, Live&Style und Cooking.**

JETZT GLEICH ANMELDEN:



Jederzeit und überall für nur 1* Euro pro Woche auf: **oe24 VIP**

*) 4€ im Monat. Mindestlaufzeit 1 Monat. Das Abo ist jederzeit monatlich kündbar. Alle Informationen finden Sie auf vip.oe24.at.



**Andi & Alex
kochen für
COOKING**

JEDEN FREITAG ist in
COOKING „Andi & Alex
Tag“! Starten Sie die
Koch-Woche mit zwei
schmackhaften Rezep-
ten der 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



Zu Mittag

Weinsuppe von Andi Wojta

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

Zutaten 2 Zwiebeln, 1 EL Öl, 2 große
Erdäpfel (mehlige Sorte), 1/2 l Weiß-
wein (Gemischter Satz), ev. etwas
Suppe, 1/4 l Schlagobers, Salz, Pfeffer
Für das Räuchersaiblingsbaguette:
1 Baguette, Öl, 150 g geräucherter Saib-
ling, 2 EL Butter, 1 EL glattes Mehl, ca.
1/4 l Milch, 1 Eidotter, 1 EL frisch gehack-
te Kräuter

Zubereitung

1. Die Zwiebeln grob schnei-
den und anrösten. Die Erdäpfel
schälen, ebenfalls grob schnei-
den und zu den Zwiebeln ge-
ben. Mit dem Wein aufgießen,
mit Salz und Pfeffer würzen,
ca. 30 Minuten köcheln lassen.
Je nach Flüssigkeitsstand et-
was Wein oder Suppe nachgie-
ßen. Die Suppe pürieren und
mit Obers verfeinern. Für wei-

tere 15 Minuten köcheln lassen.

2. Das Baguette in 1 cm dicke
Scheiben schneiden und in
wenig heißem Öl auf beiden
Seiten leicht bräunen. In einem
Topf Butter erhitzen, Mehl da-
rin anschwitzen und mit Milch
aufgießen. Mit einem Schnee-
besen klumpenfrei verrühren,
auskühlen lassen. Die Bécha-
melsauce mit Eidotter und dem
klein gehackten bzw. pürierten
Räuchersaibling verrühren.
Die Masse dick auf die ange-
rösteten Baguettescheiben
streichen und diese im Rohr
bei maximaler Oberhitze über-
backen. Die Suppe mit frischen
Kräutern bestreuen und mit
den Räuchersaiblingsbaguet-
tes servieren.

Am Abend

Schweinsfilet im Kümmelsaft von Alex Fankhauser

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

Zutaten 600 g Schweinsfilet, Salz,
Pfeffer, Senf, Butter und Öl zum Braten,
1–2 geschälte Knoblauchzehen, 1 TL
Kümmel (ganz), 1 Schuss Weißwein,
1/4 l Bratensaft

Zubereitung

1. Das Fleisch mit Senf ein-
streichen, mit Salz und Pfeffer
würzen. In einer geräumigen
Pfanne in etwas Butter und Öl
beidseitig anbraten, danach auf
ein Backblech legen. Im Rohr bei
175 °C ca. 15 Minuten rosa braten.

2. Im Bratenrückstand den
Kümmel sowie den grob ge-
schnittenen Knoblauch an-
schwitzen und mit Weißwein
ablöschen. Mit dem Bratensaft
aufgießen und die Sauce sämig
einkochen lassen.

3. Das Fleisch aus dem Rohr
nehmen, in der Kümmelsauce
wenden und in Scheiben
schneiden. Dazu passen
Erdäpfel oder Salat.

SAMSTAG

19.8.



Zu Mittag

Exotischer Salat mit Huhn

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

Zutaten 2 Hühnerbrustfilets, 150 ml trockener Weißwein, 2 cm Ingwer, 1 Limettenblatt, 1 TL Pfefferkörner, 1 Kopf Eichblattsalat, 60 g Zuckerschoten, 2–3 Frühlingszwiebeln, ½ Salatgurke, 1 Chilischote, 2 kleine Mangos, 50 g Cashewkerne, 1 Handvoll Koriandergrün, 3 EL Reisessig, 3 EL Limettensaft, 2–4 EL Pflanzenöl, Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

Zubereitung

1. Den Wein mit 250 ml Wasser zum Kochen bringen. Den Ingwer schälen und in feine Scheiben schneiden. Mit dem Limettenblatt und dem Pfeffer in Sud geben. Das Huhn darin ca. 20 Minuten pochieren.

2. Den Salat waschen, put-

zen und kleiner zupfen. Die Zuckerschoten, Frühlingszwiebeln, Gurke und Chili waschen und in möglichst schmale Streifen schneiden. Die Mangos schälen und das Fruchtfleisch in Streifen vom Kern schneiden. Alles auf Salatschalen verteilen. Die Cashewkerne und das Koriandergrün klein zerhacken.

3. Das Fleisch aus dem Sud nehmen, in Scheiben schneiden und auf den Salat legen. Den Reisessig, Limettensaft, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker verquirlen. Die Chili und Nüsse einrühren und das Dressing über den Salat träufeln.

Am Abend

Heidelbeerkuchen mit Topfen

■ Dauer: 1h 30 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 500 g Heidelbeeren, 2 kg Topfen, 6 Eier, 150 g Zucker, 2 EL Vanillezucker, 2 Päckchen Vanillepuddingpulver, 2 TL Backpulver, 75 g Grieß, 1 EL Speisestärke



Zubereitung

1. Heidelbeeren waschen und trocken tupfen. Topfen und Eier in eine Rührschüssel geben und verrühren. Zucker mit Vanillezucker, Puddingpulver, Backpulver und Grieß vermengen und gut unter den Topfen rühren. Die Masse in eine mit Backpapier ausgelegte eckige Kuchenform streichen. Die Beeren locker mit der Stärke vermengen und auf die Masse streuen. Im Ofen bei 180°C etwa 60 Minuten backen.

SONNTAG

20.8.

Zu Mittag

Knuspriges Rindfleisch

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

Zutaten 250 g Basmatireis, 400 g Brokkoli, Salz, 400 g Rinderfaschirtes, 1 EL Speisestärke, 2 EL Pflanzenöl, 1 Zwiebel, 1 rote Chilischote, 2 Knoblauchzehen, 2 Handvoll Koriandergrün, Abrieb von 1 unbehandelter Zitrone, 2–3 EL Sojasauce, 2–3 EL Chilisauce

Zubereitung

1. Den Reis nach Packungsangabe kochen. Den Brokkoli waschen, putzen, in die einzelnen Röschen zerteilen, den Stiel schälen und in feine Scheiben schneiden. Zusammen in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten mit leichtem Biss blanchieren, abschrecken und abtropfen lassen. Das Faschierfleisch mit der Stärke vermengen und in einer heißen Pfanne im Öl unter Rühren leicht goldbraun braten. Die Zwiebel schälen, in Streifen schneiden und mit dem Faschierfleisch braun und knusprig braten.

2. Zwischendurch die Chilischote waschen, halbieren, putzen und fein hacken. Den



Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken. Das Koriandergrün abbrausen, trocken schütteln und hacken. Mit dem Knoblauch, Chili und Zitronenabrieb vermengen.

3. Das Fleisch mit Sojasauce und Chilisauce abschmecken, den Brokkoli untermengen, heiß werden lassen und mit der Chili-Knoblauch-Würze bestreut auf dem Reis servieren.

Am Abend

Paprika-Penne mit Speck

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

Zutaten 400 g Penne, Salz, 100 g Frühstücksspeck, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 4 Paprika, 4 Paradeiser, 2 EL Olivenöl, 1 Schuss Weißwein, Chilipulver, 50 g schwarze Oliven, entsteint, 2 EL Kapernäpfel, 2 EL frisch gehackter Oregano, ca. 50 g Parmesan

Zubereitung

1. Die Penne in Salzwasser al dente kochen. Den Speck in Streifen schneiden. Die Zwie-

bel und den Knoblauch schälen und beides fein würfeln. Die Paprika waschen, halbieren, putzen und klein schneiden. Die Paradeiser waschen, vierteln, entkernen und ebenfalls klein würfeln.

2. Den Speck mit Zwiebel und Knoblauch im heißen Öl glasig anschwitzen. Die Paprika und Paradeiser kurz mit-schwitzen und mit dem Wein ablöschen. Mit Salz und Chili würzen und 2–3 Minuten dünst-ten. Die Oliven hacken und mit den Kapernäpfeln, dem Oregano und den abgetropften Nudeln unterschwenken. Mit frisch gehobeltem Parmesan garniert servieren.



NEHMEN: Menü-Ideen für jeden Tag

MONTAG

21.8.



Zu Mittag

Falafel-Sandwich

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

Zutaten 200 g getrocknete Kichererbsen, 1 altbackene Semmel, 2 Frühlingszwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 1 Msp. Backpulver, 2 EL gehackte Petersilie, 2 EL gehacktes Koriandergrün, Kreuzkümmel, Salz, Cayennepfeffer, Semmelbrösel, Pflanzenöl, 1/2 Salatgurke, 4 Blätter Eisbergsalat, 150 g Joghurt, 1 EL Zitronensaft, 4 Pitabrote

Zubereitung

1. Die Kichererbsen über Nacht mit reichlich Wasser einweichen. Die Semmel am nächsten Tag mit etwas Wasser einweichen. Die Kichererbsen abtropfen lassen und zusammen mit dem ausgedrückten Brötchen im Mixer zu einer feinen Paste pürieren.

2. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und sehr fein

hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls sehr fein hacken. Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Backpulver und Kräuter unter die Kichererbsenpaste mengen. Mit Kreuzkümmel, Salz und Cayennepfeffer würzen. Nach Bedarf Brösel unterkneten, bis der Teig gut formbar ist. Mit angefeuchteten Händen etwa 12 kleine Bällchen formen. In heißem Öl (ca. 175 °C) 5–6 Minuten goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3. Joghurt mit Zitronensaft verrühren. Die Pitabrote jeweils seitlich einschneiden, mit dem Joghurt, dem Salat, der geschnittenen Gurke und den Falafel füllen.

Am Abend

Thunfisch-Salat

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

Zutaten

600 g Karotten, 150 g Thunfisch im eigenen Saft, 2 EL Weinessig, 1 EL Zitronensaft, 1 TL Dijon-Senf, 6 EL Olivenöl, 2 EL grüne Pfefferkörner, Kerbelblättchen zum Garnieren, 1 unbehandelte Zitrone in Spalten

Zubereitung

1. Die Karotten schälen und in schmale Streifen schneiden. Mit dem abgetropften, zerpfücktem Thunfisch mischen

und auf Tellern anrichten.

2. Für das Dressing den Essig mit dem Zitronensaft und dem Dijonsenf in ein hohes, schmales Gefäß geben und unter Mixen das Öl einfließen lassen. Zum Schluss Pfefferkörner untermengen, abschmecken und das Dressing über den Salat träufeln. Mit Kerbelblättern und Zitronenecken garniert servieren.

DIENSTAG

22.8.

Zu Mittag

Erdnuss-Huhn mit Paprika

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

Zutaten 700 g Hühnerbrustfilet, 2 TL Speisestärke, 1 rote Paprika, 1 gelbe Paprika, 6 getrocknete Chilischoten, 5 EL Sojasauce, 5 EL Reiswein, 2 EL Reissiegl, 3 TL Zucker, 5 EL Öl, 125 g Erdnusskerne, Salz, Korianderblättchen

Zubereitung

1. Das Hühnerfleisch in 1 cm große Würfel schneiden, die Speisestärke darüberstäuben und alles gut durchmischen. Paprika waschen, halbieren, entkernen und in Würfel schneiden. Sojasauce, Essig, Zucker, Reiswein und 75 ml Wasser mischen. Chilischoten im Mörser zerstoßen.

2. Das Öl im Wok oder in einer großen Pfanne erhitzen. Die Erdnusskerne im heißen Öl goldbraun braten, dann herausnehmen. Paprika zusammen mit dem Chili bei starker



Hitze ca. 1 Min. braten, dann an den Rand des Woks schieben. Das Hühnerfleisch in den Wok geben und unter Rühren ca. 3 Min. braten. Die Sauce angießen und einmal gut aufkochen lassen. Die Erdnüsse dazugeben und alles gut mischen. Mit Salz abschmecken und mit Koriander bestreut servieren.

Am Abend

Hirse-Taboulé

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

Zutaten ca. 600 ml Gemüsesfond, 300 g Hirse, 3 Paprika, 1 rote Zwiebel, 100 g ungesalzene Erdnüsse, 3 EL Erdnussöl, 3 EL gehackte Petersilie, 1 EL gehackte Minze, Salz, Pfeffer, Saft von 1 unbehandelte Zitrone. Für den Dip: 300 g Naturjoghurt, 100 g Crème fraîche, 1–2 EL frisch gehackter Koriander, 1 Spritzer Zitronensaft

Zubereitung

1. In einem Topf den Fond



aufkochen lassen, Hirse zugeben und unter gelegentlichem Rühren 10–15 Minuten bei kleiner Hitze ausquellen lassen. Vom Herd ziehen und mit einer Gabel auflockern.

2. Paprika waschen, putzen, und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Nüsse in einer heißen Pfanne ohne Fett anrösten, beiseite legen. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen und die Zwiebel mit den Paprika anschwitzen. Mit den Nüssen, dem restlichen Öl, Petersilie und Minze unter die Hirse mischen und mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

3. Für den Joghurtdip alle Zutaten verrühren. Zu dem Taboulé servieren.

ZWEI REZEPTE für jeden Wochentag

MITTWOCH

23.8.



Zu Mittag

Zucchini-Auflauf

■ Dauer: 1 h 20 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten 400 g Zucchini, 400 g festkochende Erdäpfel, 200 g Champignons, Butter für die Form, 2 Knoblauchzehen, 4 EL Ajvar, 200 ml Milch, 100 ml Obers, Salz, Pfeffer, 2 EL frisch gehackte Petersilie

Zubereitung

1. Den Backofen auf 200 °C Ober- und Unterhitze vorheizen. Die Zucchini waschen, putzen und in schmale Scheiben schneiden. Die Erdäpfel schälen, waschen und ebenfalls in schmale Scheiben schneiden oder hobeln. Die Pil-

ze putzen, abreiben und in schmale Scheiben schneiden.

2. Pilz-, Erdäpfel- und Zuchinscheiben dachziegelartig in eine gebutterte Auflaufform schichten. Den Knoblauch abziehen und mit Ajvar, der Milch und dem Obers verrühren, salzen, pfeffern und über das Gemüse gießen. Mit Petersilie bestreut im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten backen. Herausnehmen und sofort servieren.

Am Abend

Chia-Pancakes mit Obst

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

Zutaten 3 EL Chia-Samen, ca. 300 ml Milch, 180 g Mehl, 50 g Zucker, 1 Prise Salz, 1 EL Backpulver, 1 TL Zimt, 2 Bananen, 1 TL Zitronensaft, Butter zum Braten, 6–8 Kumquats, 2–3 Kaki

Zubereitung

1. Die Chia-Samen in die Milch geben und 20 Minuten quellen lassen. Mehl, Zucker, Salz, Backpulver und Zimt vermischen. Die Bananen schälen,

mit einer Gabel zerdrücken und mit der Mehlmischung, der Milch und dem Zitronensaft zu einem glatten, dickflüssigen Teig verrühren. Gegebenenfalls, je nach Größe der Bananen, noch etwas Milch hinzufügen.

2. Butter in einer Pfanne erhitzen und portionsweise aus dem Teig kleine Pancakes von beiden Seiten je ca. 2–3 Minuten backen. Die Kumquats heiß abwaschen und in Scheiben schneiden. Die Kaki schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Die Früchte zu den Pancakes reichen.



DONNERSTAG

24.8.

Zu Mittag

Mangold-Feta-Stangerl

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

Zutaten 400 g Blätterteig TK, 200–250 g Mangold, 1 Schalotte, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Olivenöl, Salz, Pfeffer, 150 g Feta, 1 Ei, 2 EL schwarze Sesamsamen, 2 EL helle Sesamsamen

Zubereitung

1. Den Blätterteig auftauen lassen. Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Mangold waschen, verlesen, putzen und trocken schütteln. Die Blätter mit den weißen Stielen in feine Streifen schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch abziehen, fein hacken und in einem Topf mit heißem Öl glasig schwitzen. Den Mangold zugeben, kurz mitschwitzen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Herd ziehen, die entstandene Flüssigkeit abgießen und den Mangold etwas auskühlen lassen. Den Feta in kleine Würfel schneiden und untermischen.

2. Den Blätterteig auf bemehlter Arbeitsfläche dünn ausrollen und Streifen (à



5x10 cm) ausschneiden. Etwas von der Füllung länglich darauf verteilen und dabei einen kleinen Rand frei lassen. Diesen mit verquirltem Eiklar bestreichen, den Teig über die Füllung schlagen und zu Rollen aufwickeln. Die Ränder gut andrücken und die Röllchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Mit dem Dotter bestreichen, mit Sesamsaat bestreuen und im Ofen ca. 15–20 Minuten backen.

Am Abend

Schinken-Käse-Salat

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

Zutaten 250 g gemischter Blattsalat, (z. B. Vogerlsalat und Frisée), 100 g Kochschinken, 150 g Gruyère, ½ Stange Lauch nur das Weiß, Salz, 80 g Champignons, 1 TL scharfer Senf, 1 TL Honig, 4 EL Weinessig, 5 EL Traubenkernöl, Pfeffer, 2 EL Schnittlauch

Zubereitung

1. Die Salate waschen, put-

zen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Schinken und Käse in feine Streifen schneiden. Den Lauch waschen, putzen und in ca. 1 cm breite Ringe schneiden. In Salzwasser 2–3 Minuten blanchieren, abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Alle vorbereiteten Salatzutaten vermischen.

2. Für das Dressing den Senf mit dem Honig, Essig, Öl und 2–3 EL Wasser cremig mixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Über den Salat träufeln und mit Schnittlauch bestreut servieren.



Profi KÜCHE

Zur Person: Markus Sattler

In den letzten beiden Jahren stand der 26-jährige Sohn von Spitzenkoch Hannes Sattler in den Restaurants Kokkeriet in Kopenhagen (1 Michelin-Stern) sowie Vollmers im schwedischen Malmö (2 Michelin-Sterne) am Herd. Davor zählten das Grand Chalet Gstaad, das Les Deux by Fabrice Kieffer in München sowie das Restaurant Konstantin Filippou zu seinen Stationen.

Noch weiter nach oben soll es mit innovativem Kulinarikkonzept gehen, das der junge Steirer als „sanfte Küche“ bezeichnet: Er setzt auf eine komplett regionale, puristische Küche, bei der vor allem Gemüse seinen großen Auftritt hat. Er möchte unterschätzte Sorten ins Rampenlicht rücken: „Man kann mit einfachen Grundprodukten wie z.B. Sellerie, Wurzelgemüse, Spitzkraut oder Zwiebel einen großen Wow-Effekt erzielen.“

Besonders geprägt, haben ihn seine Stationen in Kopenhagen und Schweden: „Die Konsequenz, mit der dort regionale Produkte verwendet werden und der hohe Stellenwert von Gemüse, das hierzulande oft nur Nebendarsteller ist, haben mich beeindruckt. Das wird stark in meine Küchenlinie einfließen.“



DIE GESCHWISTER Markus und Anna Sattler bilden das neue junge Dream-Team am Sattlerhof.

COOKING-News

Generationenwechsel am Sattlerhof

Nach Stationen in europäischen Top-Betrieben kehrt Markus Sattler als Küchenchef für Gourmetrestaurant und Wirtshaus in die Heimat zurück. Gemeinsam mit Schwester Anna, die bei Alain Ducasse arbeitete, und Spitzensommelier Thomas Ferrand bildet er das neue, junge Dream-Team am Sattlerhof. Für die regional-puristische Küche werden die besten Produkte aus dem hauseigenen Gemüse- und Kräutergarten, auf dessen Pflege sich Vater Hannes Sattler künftig konzentriert, bezogen.

Auf 600 m² gedeihen mehr als 5.000 Pflanzen, darunter ältere, in Vergessenheit geratene Sorten. Zusätzlich kümmert er sich um die Verarbeitung des feinen Lammfleisches aus eigener Zucht zu Würstel, Salami oder Leberkäse. Begleiter zum Essen sind zum einen die hauseigenen Sattlerhof-Weine, mit denen die jungen Spitzenwinzer Andreas und Alexander Sattler bei internationalen Verkostungen für Furore sorgen, sowie internationale Top-Weine und Neuentdeckungen. www.sattlerhof.at



COOKING Buchtipp: Tanja vegetarisch

Die Basler Spitzenköchin Tanja Grandits präsentiert die Grundlagen ihrer vegetarischen Küche und dazu passend über 100 vegetarische Rezepte. Einfach & genussvoll! AT Verlag/43 Euro

COOKING- News: 120 Jahre Sporer



VON DER BRANNTWEINSCHENKE ZUR MODERNEN MANUFAKTUR. Begonnen hat alles 1903, heute führen Michael und Susanne Sporer in der 4. Generation die Manufaktur in der Salzburger Altstadt, die längst Kultstatus erlangt hat.

Zum 120-Jahre-Jubiläum präsentiert die Familie einen eigens kreierten Kräutergeist in einer neu designten Flasche in limitierter Edition (999 Stück), die dem historischen Zunftzeichen der Brantweinschenke angelehnt ist.

Das neue Produkt besteht aus verschiedenen Kräutern, Blumen, Wurzeln und Beeren, angesetzt in Feinkorndestillat, dann gebrannt und zuletzt für 10 Monate im Süßwein Fass von Kracher gereift. Der Likör eignet sich als Digestif, wie auch als erfrischender Aperitif auf Eis oder mit Tonic.

Mehr unter sporer.at

Als kreativer Kopf steckt der findige Unternehmer Hank Ge hinter einigen der angesagtesten Gastro-Locations in Wien – von Bali Brunch über Pizzeria Wolke bis hin zur Speakeasy-Bar Fitzcarraldo. Als neues Franchise-Konzept hat er kürzlich Bali Brunch und Wolke unter einem Dach vereint. Für einen ersten Gusto hat er mit seiner Küchenchefin Julia Schwarzenbacher folgende Rezepte verraten!



Modern Soulfood **Bali** Vibes

Küchen- chefin Julia Schwarzen- bacher

„Bali Brunch ist für mich eine Herzensangelegenheit. Ich liebe es, jedes Wochenende neue Rezepte zu entwickeln und den Leuten zu zeigen, wie vielfältig vegane Küche sein kann. Mir ist es wichtig, dass man die Liebe zum Detail in den Gerichten nicht nur sieht, sondern auch schmeckt.“

Die 21-jährige Wienerin ist seit mittlerweile 1,5 Jahren mit Herz und Seele Küchenchefin beim Bali Brunch (seit kurzem am neuen Standort in 1090 Wien). Sie verfügt über eine abgeschlossene Kochausbildung und studiert neben ihrer Tätigkeit bei Bali Brunch aktuell Ernährungspädagogik an der PH Wien. Ihre Leidenschaft zum Kochen haben ihr ihre Eltern mitgegeben – bei ihr zuhause hat jeden Tag die ganze Familie zusammen gekocht und in der Küche experimentiert. Nicht nur am Wochenende findet man sie in der Bali-Brunch-Küche, sondern auch privat ist sie ständig am Ausprobieren und Kreieren von neuen Rezepten.

Veganer Feta-Kräuterdip

■ Portionen: 4

Zutaten

400 g vegane Fetaalternative
1 Bund Petersilie (ca. 40 g)
1 Bund Dille (ca. 40 g)
50 ml Sojamilch
3 Knoblauchzehen
Saft einer Zitrone
Salz, Pfeffer
ein Schuss Olivenöl
Kräuter, zum Garnieren

Zubereitung

1. Petersilie und Dille fein hacken und mit 50ml Sojamilch in einem Standmixer fein pürieren.
2. Knoblauchzehen, Zitronensaft und die vegane Feta-Alternative zu den pürierten Kräutern zugeben und ca. 3 min mixen lassen.
3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Belieben Sojamilch, bis zur gewünschten Konsistenz zugeben. Mit Olivenöl und gehackten Kräutern garnieren.





Karfiol-Taboulé mit Tahinidressing

■ Portionen: 4

Zutaten

1 großer Karfiolkopf
2 Bund Petersilie (à 40g)
2 Bund Dille (à 40g)
1 große Zwiebel
150 g Paradeiser
1 Granatapfel

Für das Dressing:

100g Tahin
50 ml Olivenöl
Saft von 3 Limetten
Salz
Pfeffer

Zubereitung

1. Karfiolkopf in Röschen teilen und in einem Food-Processor oder mit Hilfe eines Messers sehr

fein hacken. Petersilie, Dille und Zwiebel ebenfalls fein hacken.

2. Paradeiser in kleine Stücke schneiden und mit dem Karfiol, den Kräutern und der Zwiebel in eine Schüssel geben.

3. Aus Tahin, Olivenöl, Limettensaft das Dressing mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Das Dressing über die bereits geschnittenen Zutaten geben und gut vermischen. Mit Granatapfelkernen garnieren.

Noch besser schmeckt der Taboulé, wenn er über Nacht im Kühlschrank durchziehen kann.



Kardamom-Kokos-Milchreis

■ Portionen: 4

Zutaten

1 Liter Kokosmilch
250 g Rundkornreis
½ TL gemahlene Cardamom
1 EL vegane Butter
5 EL Zucker
1 Packung Vanillezucker
Zeste einer Limette
frische Früchte nach Belieben

Zubereitung

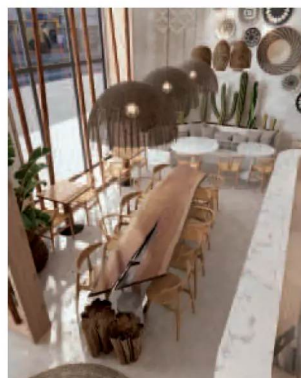
1. In einem großen Topf die vegane Butter schmelzen

und den Reis darin glasig anschwitzen lassen.

2. Kokosmilch, Cardamom und die Zeste einer halben Limette hinzugeben und unter Rühren aufkochen lassen. Temperatur zurückdrehen und auf kleiner Stufe mit geschlossenem Deckel circa 15 Minuten leicht köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

3. Zucker und Vanillezucker unterrühren und weitere 15 Minuten mit Deckel ziehen lassen.

4. Nach 30 Minuten ist der Kokosmilchreis fertig. Entweder warm, oder im Sommer am besten kalt genießen und mit Limettenzeste und frischen Früchten servieren.



Bali Brunch x Wolke

Alserbachstrasse 33
1090 Wien

Reservierungen unter:
www.balibrunch.at
wolke-vienna.at

Süße KÜCHE

Rezept der Woche: Chouquettes



Zutaten für 30 Stück
1 Prise Salz, 30 g Butter
100 g Mehl, 1 EL Stärke
1/2 TL Backpulver, 3 Eier
100 g Hagelzucker

Zubereitung

Für den Teig 160 ml Wasser in einen Topf geben und mit Salz und Butter kurz aufkochen. Das Mehl mit der Stärke und dem Backpulver vermischen und in einem Schwung in den Topf schütten, dabei ständig rühren. Den Teig bei mittlerer Hitze so lange rühren, bis sich eine große Teigkugel bildet.

Diese so lange rühren und wenden, bis sich ein weißer Film auf dem Topfboden absetzt. Nun den Teig in eine Schüssel geben ca. 5 Minuten abkühlen lassen. Die Eier nacheinander zugeben und mit den Knethaken des elektrischen Handmixers gut unterkneten. Den Backofen auf 200°C Ober- und Unterhitze vorheizen ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig in einen Spritzbeutel mit großer Lochtülle geben und ca. 30 Tupfen (ca. 2 cm groß) auf das Backblech setzen. Mit dem Hagelzucker bestreuen und im Ofen ca. 15 Minuten backen, dann auskühlen lassen.



ECLAIRS FÜR GENIESSER.
TOP02 setzt auf Geschmack
und Optik – die Auswahl
spricht für sich!

COOKING-News

Pâtisserie kunst- voll in Szene gesetzt

Französische Klassiker in moderner Form. Die hohe Kunst der Pâtisserie obliegt nicht jedem und stellt auch so manchen geübten Hobbytätigsten vor so manche Herausforderung. Wie gut, dass hierzulande bereits einige Profis am Werk sind und ihre süßen Kunstwerke unter die Naschkatzen-Community bringen. Der neueste Hotspot-Zugang ist das sogenannte TOP02 –

das in dritter Generation, familiengeführte Pâtisserie-Business setzt auf moderne Ideen, hochwertige Zutaten und kreative Geschmackskombinationen. Die Éclair-Spezialitäten gleichen essbaren Kunstwerken und sind fast zu schade, um vernascht zu werden, aber nur fast! Hausgemachtes Eis und aromatischer Kaffee runden das süße Angebot ab. Mehr unter [top02.at](#)

Thema der Woche: Pâtisseries in Wien



CREME DE LA CREME.
Lange Gasse 76
1080 Wien
[cremedelacreme.at](#)



PETIPARI.
Otto-Bauer-Gasse 2
1060 Wien
[petipari.com](#)



**PARÉMI BOULANGERIE
PÂTISSERIE.**
Bäckerstraße 10
1010 Wien
[paremi.at](#)



MARISCHKA WIEN.
Gredlerstraße 9/10a
1020 Wien
[marischkawien.com](#)



COOKING Buchtipp: Französische Backkunst

Das kleine Handbuch der Tartes und Torten lüftet die Geheimnisse der französischen Backkunst und erklärt Schritt für Schritt, wie Sie ganz easy feine Tartes und Torten selbst zu Hause backen können.
Knesebeck Verlag/20,90 Euro

Mit Liebe gemacht

Marmelade mal anders

*Marmeladen einkochen, lieben wir:
Diesmal haben wir uns an spannende
Kreationen, abseits der Klassiker,
probiert – das Ergebnis: Köstlich!*

Heidelbeer- marmelade mit Ingwer

- Dauer: 30 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 5 Gläser

Zutaten

750 g Heidelbeeren
60 g Ingwer
2 Orangen, Bio
500 g Gelierzucker 2:1

Zubereitung

1. Heidelbeeren waschen, verlesen und gut abtropfen lassen. Ingwer schälen und fein reiben. Orangen heiß waschen, trockentupfen und die Schale fein abreiben. Beide Orangen auspressen.

2. Orangensaft, Orangenabrieb und Ingwer in einer Kasserolle sirupartig einkochen lassen. Heidelbeeren mit Gelierzucker und dem Sirup in einen Topf geben, aufkochen und ca. 5 Minuten sprudelnd kochen lassen.

3. Die Marmelade noch heiß in fünf sterile Gläser (à ca. 250 ml) füllen, gut verschließen und auskühlen lassen.





Karottenmarmelade

■ Dauer: 1h30 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 4

Zutaten

1 kg Karotten
3 Zitronen, Bio; Abrieb und
Saft
500 g Gelierzucker 2:1

Zubereitung

1. Die Karotten schälen, putzen und kleinschneiden. Abrieb und Saft der Zitronen

(ca. 125 ml Saft) mit 125 ml Wasser in einen Topf geben.

2. Die Karottenstücke darin abgedeckt in ca. 10 Minuten weich dünsten. Zur Seite ziehen und anschließend mit dem Pürierstab fein pürieren.

3. Den Gelierzucker untermischen und die Masse ca. 1

Stunde ziehen lassen. Dann aufkochen und unter ständigem Rühren ca. 4 Minuten sprudelnd kochen lassen.

4. Die fertige Marmelade noch heiß in sterile Gläser (ca. 300 ml) mit Bügelverschluss füllen, verschließen und auskühlen lassen.

Mango-Passionsfruchtmarmelade

■ Dauer: 45 min ■ Schwierigkeit: leicht ■ Portionen: 6 Gläser

Zutaten

1 1/2 kg Mangos
4 Limetten, Bio; Zesten
und Saft
1 Orange, Bio; Zesten und Saft
500 g Gelierzucker 2:1
3 Passionsfrüchte
2 EL Orangenlikör

Zubereitung

1. Die Mangos schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und klein würfeln. Zusammen mit Limettensaft und Orangensaft in einen Topf füllen, den Deckel auflegen und aufkochen lassen.

2. Unter gelegentlichem Rühren ca. 15 Minuten leise

köcheln lassen, bis die Mango weich ist. Nach Bedarf pürieren oder mit dem Erdäpfelstampfer zerdrücken.

3. Anschließend den Gelierzucker unterrühren und alles offen weitere ca. 5 Minuten kochen.

4. Die Passionsfrüchte halbieren und das Mark heraus-

schaben. Zusammen mit Limetten- und Orangenzenen sowie dem Likör unter die Marmelade rühren und eine Gelierprobe durchführen.

5. In die vorbereiteten Schraubgläser (à 250 ml) füllen und die Marmelade gut verschlossen auskühlen lassen.





Zucchini-Ananasmarmelade

- Dauer: 4 h 25 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 3 Gläser

Zutaten

250 g Zucchini
500 g Ananas
500 g Gelierzucker
1 Zitrone; Saft
1/4 TL Chiliflocken;
nach Belieben

Zubereitung

1. Zucchini putzen und waschen, Ananas schälen, den harten Strunk entfernen und das Fruchtfleisch sehr fein würfeln. Beides in

einem großen Topf mit dem Zucker und dem Zitronensaft mischen. Zugedeckt ca. 4 Stunden stehen lassen.

2. Anschließend 4-5 Minuten sprudelnd kochen lassen. Nach Belieben mit etwas Chili würzen. Noch heiß in sterile Gläser (à ca. 400 ml) füllen.

3. Verschließen und auf den Kopf gedreht abkühlen lassen. Dann umdrehen und vollständig auskühlen lassen. Dazu passt z.B. frisches Baguette.

Apfelmarmelade

- Dauer: 40 min
- Schwierigkeit: leicht
- Portionen: 4 Gläser

Zutaten

1 kg Äpfel
250 g Zucker
3 EL Zitronensaft
1/2 TL Zimtpulver
4 EL Calvados

Zubereitung

1. Die Äpfel schälen, vierteln, entkernen und

klein würfeln. Mit dem Zucker, Zitronensaft und 250 ml Wasser in einen Topf füllen. Unter regelmäßigem Rühren etwa 25 Minuten köcheln, bis die Äpfel beginnen zu zerfallen.

2. Den Zimt und Calvados ergänzen, eine Gelierprobe durchführen und in

4 vorbereitete Marmeladengläser (à ca. 350 ml) füllen. Gut verschlossen auskühlen lassen.



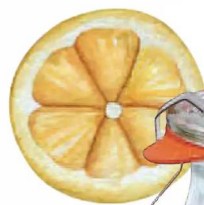
Wenn schon eingekocht wird, dann mit den richtigen und vor allem praktischen Küchenhelfern. Da macht das Ganze gleich doppelten Spaß!



NOSTALGISCHE OBST-RANKE. 200 beschriftbare Etiketten für die Gläser. weltbild.at/8,99 Euro



SPRITZSCHUTZ – wenn es mal beim Köcheln etwas stärker blubbert. xxxlut.at/13,99 Euro



WECKTULPENGlas (75 ml) mit Glasdeckel, Gummiring und 2 Klammern. weckglaser.com/1,52 Euro



Küchengadgets zum Einkochen- und legen

Praktische Helferlein



GESCHENK-
ANHÄNGER für
selbstgemachte
Mitbringsel.
fackelmann.
de/2,99 Euro



MARMELADENTOPF aus Kupfer.
Ausschließlich zur Bereitung von
Marmelade, Gelee und Co.
manufactum.at/199 Euro



GLASHEBER
LIFTUP – für
das leichtere
Entnehmen der
heißen Gläser.
gefu.com/
13,95 Euro



SEIHTUCH AUS LEINEN
zum Passieren von
Marmeladen uvm.
vieboeck-shop.at/
24,90 Euro



SCHÜRZE MIT BLUMEN-
MUSTER zum Schutz
vor Flecken. ikea.com/
9,99 Euro

MARMELADEN-
TRICHTER
zum einfacheren
Einfüllen.
wmf.com/
11,99 Euro



COOKING neu am 25.8.

In unserer nächsten Ausgabe von COOKING dürfen Sie sich unter anderem auf diese köstlichen Themen freuen!



Sattlerhof

MARKUS SATTLER kehrte als Küchenchef für das Gourmetrestaurant & Wirtshaus in die Heimat zurück und serviert Top-Gerichte.



Salate mit Fruchtkick

SALATE GEHEN IMMER! COOKING verpasst dem Allrounder einen fruchtigen Extrakick – sowas von köstlich!



Pikante Palatschinken

DER MEHLSPEISKLASSIKER lässt sich auch mit Spinat, Käse uvm. genießen!



COOKING Premium

REZEPTE wohin das Auge reicht. Diesmal mit Eierschwammerl, Sommerpasta, Paradeiser uvm. Spannende News inklusive!

**Alle Rezepte auf cooking.at
– 24 Stunden täglich**

GEWINNSPIEL der Woche

Während Bali Brunch für vegan-vegetarisches Soulfood mit einem Hauch von Inselatmosphäre sorgt, findet man in der Pizzeria Wolke den italienischen Klassiker in bunten Farben aufgetischt. Ein Besuch beider Konzepte ist empfehlenswert – für alle, die noch nicht in den Genuss gekommen sind, verlosen wir einen von 7 Gutscheinen für 1 x Bali Brunch und 1 Wolkenpizza. Mitmachen und schon bald in den Genuss kommen!



Ihr neues
**ONLINE-
PORTAL**



DAS IST COOKING. AT! 24 Stunden täglich – 7 Tage die Woche sind hier alle Rezepte verfügbar.



ÜBERSICHTLICH. Jedes Rezept Schritt für Schritt: Einkaufsliste, Zubereitung, Preiskategorie ...



DER SCHNELLSTE WEG ZU COOKING.AT
Einfach mit der Handy-Kamera einscannen und loskochen!

Getty, Hersteller, StockFood

Impressum

Medieninhaber: Mediengruppe ÖSTERREICH GmbH, Friedrichstrasse 10, 1010 Wien

Chefredaktion: Natalie Ezzo, Alex Schima

Layout/Produktion: Corinna Scharfegger, Kornel Schulteis

Online: www.cooking.at

Desirée Fellner (Ltg.)

Bildbearbeitung: Martina Plak-Stanzel (Ltg.)

Anzeigenleitung: John Bryan Fernando

Anzeigenproduktion: Semina Kovacevic, Larissa Reisenbauer, Patricia Steger

Druck: Media Print GmbH, Wien **Kontakt:** Tel.: 0508811

E-Mail: cooking@oe24.at **Online:** www.cooking.at

Preis: Alle Informationen zu unseren Angeboten finden Sie unter **www.abo.oe24.at**. Die Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz ist unter **www.oe24.at/impressum/offenlegung/cooking** abrufbar.



MADONNA Beauty Day

ÖSTERREICH'S
EXKLUSIVSTE
BEAUTY MESSE
IST ZURÜCK!

Internationale Brands aus den Bereichen Make-up, Styling & Beauty-Treatments,
dazu Live on Stage-Talks mit Stars und Beauty-Experten der Branche!

RED TICKET 49.90 EURO INKL. MWST

Red Ticket: Eintritt, gratis Getränke,
gratis Treatments, Meet & Greet mit den
Stars, Goody Bag im Wert von 250 €.

GOLD TICKET 79.90 EURO INKL. MWST

Gold Ticket: Eintritt, gratis Getränke, gratis
Treatments, Meet & Greet mit den Stars, Goody Bag im Wert von 300 €,
Zutritt zu eigenem Premium Beauty Brand Floor, Zutritt Vip-Lounge.

Für
ÖSTERREICH-Leser:
2 RED TICKETS
kaufen, 1 zahlen
mit Code: red50

01.09.2023

AULA DER WISSENSCHAFTEN
WOLLZEILE 27, 1010 WIEN



WWW.MADONNABEAUTYDAY.AT

YVES SAINT LAURENT
BEAUTE



SENSAI

LANCÔME

Kiehl's

sisley

OSSIE
hairstyle & beauty

hotels
vom feinsten

Jean Paul
GAULTIER

WORSEG

HIRSANA

top smile



DERMAFORA

LOOK

Alpinamed

BIJOU BRIGITTE

JUICE
BAR

Dr. Beckmann

L'ORÉAL
PARIS



veganista

RESCH & FRISCH

color
STREET

HYLO

GW COSMETICS



spermidine LIFE

it

PARSA

SPEAREASY

MERZ AESTHETICS

KLIPP

Schlumberger

ghd

RAUSCH

FROZEN

BIC

Gesher's Pastilles

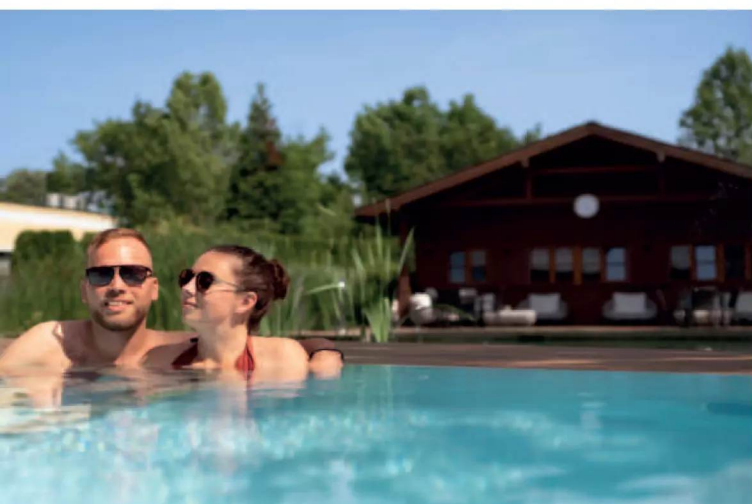

VILA VITA
PANNONIA
★★★★S

PANNONISCHER SPÄTSOMMER

ÜBER 200 HA NATURPARADIES

IM BURGENLÄNDISCHEN SEEWINKEL

WELLNESS & KULINARIK VOM FEINSTEN



Jetzt buchen!

Torries - <https://mygully.com>

VILA VITA Pannonia **s**

Storchengasse 1 | 7152 Pamhagen | +43 (0)2175/2180-0
info@vilavitaannonia.at | www.vilavitaannonia.at