

# Kulinaria

Nr. 07

Die Gaumenreise durch Frankreich



EXCLUSIV









# In dieser Ausgabe



|                             |    |                                 |    |
|-----------------------------|----|---------------------------------|----|
| Romantisches Frankreich     | 4  | Zucchini-Möhren-Tarte           | 16 |
| Brioche Frenchtoast-Auflauf | 10 | Lachs-Spinat-Crêpes             | 17 |
| Zwiebelsuppe                | 12 | Flammkuchen mediterrane Art     | 18 |
| Ziegenkäse-Tarte            | 13 | Eclairs mit Espressocreme       | 20 |
| Grüne Waldmeister-Macarons  | 14 | Schokocroissant in Muffin-Façon | 21 |





|                                            |    |                                   |    |
|--------------------------------------------|----|-----------------------------------|----|
| Quiche Lorraine mit Kartoffelkruste        | 22 | Schnitzel Elsässer Art            | 33 |
| Coq au vin à la Querceynoise               | 24 | Aprikosen-Galette mit Mandelcreme | 34 |
| Miesmuscheln in Weißwein-Fenchel-Sud       | 25 | Gefüllte Frühstücks-Brioche       | 36 |
| Erdbeer-Vanille-Clafoutis                  | 26 | Tarte Tatin                       | 37 |
| Cranberry-Chia-Brioche                     | 28 | Elsässer Flammkuchen              | 38 |
| Gâteau au fromage blanc                    | 29 | Kirschtomaten-Clafoutis           | 40 |
| Ofenfrische Baguettes                      | 30 | Spinat-Crêpes mit Radieschen-Dip  | 41 |
| Süßkartoffel-Auflauf mit Jambon de Bayonne | 32 | Impressum                         | 42 |

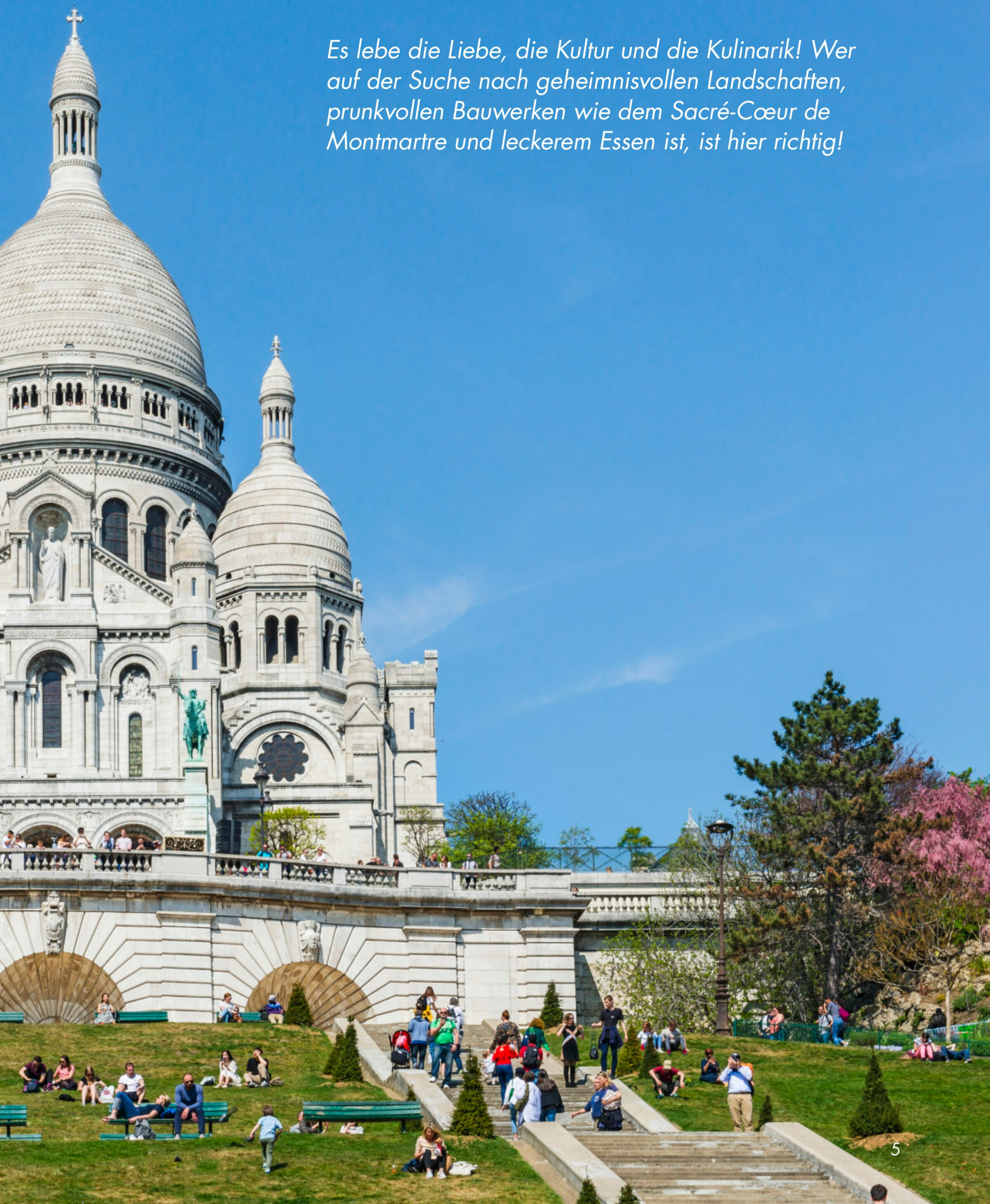


# Romantisches Frankreich





*Es lebe die Liebe, die Kultur und die Kulinarik! Wer auf der Suche nach geheimnisvollen Landschaften, prunkvollen Bauwerken wie dem Sacré-Cœur de Montmartre und leckerem Essen ist, ist hier richtig!*





König Franz I. ließ das  
Château du Chambord  
als Jagdschloss erbauen



**D**enkt man an Frankreich, kommt einem sofort Paris, die Stadt der Liebe, in den Sinn. Zu Recht, denn neben dem prächtigen, stolze 330 Meter hohen Eiffelturm kann man in der Hauptstadt noch andere Landes-Wahrzeichen besuchen. Zum Beispiel die strahlend weiße Basilika Sacré-Cœur (S. 4), die im Norden der Stadt hoch oben auf dem Hügel Montmartre thront und Besucher mit ihrer üppigen Architektur in ihren Bann zieht. Außerdem bieten kleine Parks und das malerische Seine-Ufer nicht nur Verliebten eine herrliche Kulisse für Spaziergänge. Ein romantischer Zauber liegt auch über dem Rest des Landes. Ein charmantes Beispiel am Ufer der Loire (mehr zu dem Fluss auf S. 34 ) ist das Château de Chambord. Mit zahlreichen Türmen, Kuppeln und Schornsteinen auf dem Dach wirkt das Schoss nahe der Stadt Blois fast verwunschen. Und wer zwischen Juni und August die Provence (S. 10) besucht, fühlt sich wie in ein Märchen versetzt, wenn die Abendsonne auf die weiten Lavendelfelder fällt. Die Umgebung erstrahlt in kräftigen Violett- und Blautönen und der intensive Duft der Blüten betört die Sinne. Sie fragen sich, wo bleibt da die Action? An der französischen Riviera müssen Sie ►



Mystisch schön ist der violett  
blühende Lavendel der Provence –  
und eine Haupt-Einkommensquelle  
der südfranzösischen Region







Ein Traum  
am Meer  
sind die  
Strände  
rund um  
Villefranche  
sur mer



La Petite France ist eines der wohl  
bekanntesten und charmantesten  
Viertel der Stadt Straßburg



nicht lange suchen: Die Côte d'Azur im Süden Frankreichs ist eine der glamourösesten und aufregendsten Urlaubsorte Europas. Genießen Sie den Luxus in Cannes, machen Sie die Strandbars von Saint-Tropez unsicher oder erkunden Sie beim Windsurfen, Segeln und Jetski fahren die Küsten rund um Villefranche-sur-Mer. Ein Paradies für Wassersportler und Wanderer ist auch die Insel Korsika (S. 18). Vom Bergdörfchen Evisa aus bieten sich Ihnen atemberaubende Panoramaansichten. Rauer, aber nicht weniger schön ist die Landschaft Nordfrankreichs. So finden Sie etwa an der Alabasterküste die dramatischen Klippen von Étretat und den Felsenbogen Falaises d'Aval als faszinierendes Naturschauspiel. Und auch die kleine Felseninsel Mont St. Michel mit seiner mittelalterlichen Abtei ist einen Besuch wert. Bei Flut ist sie vom Festland abgeschnitten, bei Ebbe dagegen sogar zu Fuß erreichbar.

## Faszinierende französische Küche

Wer die Stadt Straßburg im Elsass besucht, sollte im ehemaligen Handwerker-Viertel La Petit France vorbeischaun. Mit seinen gut erhaltenen Fachwerkhäusern, engen Gassen und Kanälen ist es nicht nur ein charmanter Anblick, hier gibt es heute viele Boutiquen, Souvenirläden und Restaurants. Genießen Sie einen ofenfrischen Elsässer Flammkuchen (S. 39) und Weine aus der Region. Überhaupt ist die französische Küche eine Mischung aus rustikalen und raffinierten Geschmacksrichtungen, die sich durch eine Vielfalt an Käse, Fleisch, Meeresfrüchten und natürlich süßen Delikatessen auszeichnet. Wie wäre es mit herzhaftem „Coq au vin“ (S. 24) und einem „Eclairs mit Espressocreme“ (S. 20) als Nachtisch? Viel Spaß beim Entdecken unserer Rezepte und Bon Appétit! ■

## Tipps und Infos

**Beste Reisezeit:** Für einen Besuch in Paris oder der Loire-Region eignen sich Frühjahr und Herbst sehr gut, die Sommermonate sind ideal für einen Besuch an der Französischen Riviera oder in der Provence.

**Klima:** Frankreich hat ein gemäßigtes Klima mit heißen Sommern im Süden und kälteren Wintern im Norden, die in den Alpen oder Pyrenäen schneereich ausfallen.

**Reisetipp:** Versuchen Sie, einige Worte Französisch zu lernen, bevor Sie reisen – die Lokalbevölkerung schätzt den Aufwand. So lernen Sie das authentische Frankreich abseits der Touristenhochburgen besser kennen.



Wer korsisches Dorfidyll erleben will, besucht den kleinen Ort Evisa



Die Falaises d'Aval waren ein beliebtes Motiv von Malern wie Claude Monet



Faszinierend: Mont Saint-Michel ist bei Flut eine Insel, bei Ebbe eher ein Hügel





## Die Provence

Märchenhaft schön ist die Provence mit ihren alten Städten und Dörfern berühmt. Viele Häuser haben sich ihre mittelalterlichen Wurzeln bewahrt. Inspiriert von der natürlichen Umgebung sind sie in warmen, erdigen Farben gestaltet und mit charakteristischen Fensterläden, die die Sommerhitze draußen halten. Auch die landschaftliche Idylle lädt zum Schwärmen ein, inspirierte sie doch zum Beispiel den impressionistischen Meister Vincent van Gogh zu seiner Kunst. Und mit den Kräutern der Provence, feinem Olivenölen und Roséweinen hat die Region auch kulinarisch viel zu bieten.

# Frenchtoast-Auflauf aus Brioche

### FÜR 4 PORTIONEN

**4 Eier**

**120 g Zucker**

**1 TL Zimt**

**150 ml Milch**

**50 g Sahne**

**1 TL Vanillezucker**

**600 g Brioche (süßes französisches Weißbrot,  
ersatzweise Stuten oder Zopf)**

**500 g gemischte Früchte der Saison  
(z.B. Beeren, Kirschen, Pflaumen, Aprikosen)**

**Außerdem: Butter für die Form,  
nach Belieben Zimt und Zucker zum Bestreuen**

**1** Den Backofen auf 180°C vorheizen. Eine kleine Auflaufform mit Butter fetten.

**2** In einer Schüssel die Eier mit dem Zucker, Zimt, Milch, Sahne und Vanillezucker verquirlen. Brioche in Scheiben schneiden, in die Eiermischung eintauchen, jeweils kurz ziehen lassen und anschließend in die gefettete Auflaufform schichten.

**3** Die übrige Eiermischung darübergießen und den French-Toast-Auflauf für etwa 20 Min. im Ofen backen.

**4** Früchte abbrausen, trocken tupfen, Erdbeeren evtl. halbieren. Den Auflauf herausnehmen und mit Puderzucker und Zimt bestäuben. Mit den Früchten garniert servieren.







# Zwiebelsuppe

## FÜR 4 PORTIONEN

600 g Zwiebeln  
2 EL Butter  
1 Prise Zucker  
1 EL Mehl  
1 l Gemüsebrühe  
8 Scheiben Baguette  
80 g Gruyère  
1 TL Zitronensaft  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 Prise Cayennepfeffer  
1 TL getrockneter Thymian

**1** Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Butter in einen Topf geben und schmelzen. Zucker und Zwiebeln dazugeben und bei mittlerer Hitze und gelegentlichem Rühren in ca. 10 Min. goldgelb anbraten. Zwiebeln mit Mehl bestäuben und verrühren. Die Brühe aufgießen und zum Kochen bringen. Den Topf mit einem Deckel verschließen und die Zwiebeln in ca. 20 Min. bei schwacher Hitze weich kochen.

**2** Den Backofen auf 220°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Baguettescheiben auf das Backblech legen. Käse grob reiben und auf die Baguettescheiben streuen. Im Ofen (Mitte) in ca. 6 Min. knusprig backen, bis der Käse geschmolzen und goldbraun ist.

**3** Die Suppe mit Zitronensaft, ½ TL Salz, 2 Prisen Pfeffer, Cayennepfeffer und Thymian würzen. Suppe in Suppenschalen füllen, mit je 2 Scheiben gebackenem Baguette belegen.







# Ziegenkäse-Tarte

**FÜR 1 SPRINGFORM (26 CM Ø; 10 STÜCKE) )**

**Für den Teig:**

**250 g Mehl**

**1/2 TL Salz**

**1 Ei, 1 Eigelb**

**100 g kalte Butter**

**Mehl zum Arbeiten, Butter und Mehl für die Form**

**Für den Belag:**

**4 rote Zwiebeln**

**4 EL Olivenöl**

**1/2 Bund Thymian**

**100 ml kräftiger Rotwein**

**Salz, Pfeffer**

**400 g Ziegenfrischkäse**

**200 g Crème fraîche**

**3 Eier, 1 Eiweiß**

**Salz, Pfeffer**

**1** Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben. Salz, Ei, Eigelb (das Eiweiß für den Belag aufbewahren) und die gewürfelte Butter dazugeben, alles zu einem glatten Teig verkneten. In Klarsichtfolie gewickelt 1 Std. kalt stellen.

**2** Zwiebeln abziehen, in dünne Ringe schneiden. Im Öl in einer großen Pfanne anbraten. Thymian waschen, trocken schütteln, Blättchen abstreifen und die Hälfte davon zugeben. Ca. 15 Min. bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren einkochen lassen, dabei nach und nach den Rotwein angießen. Mit Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen.

**3** Backofen auf 180°C vorheizen, die Form mit Butter ausstreichen und mit Mehl ausstauben. Ziegenfrischkäse mit Crème fraîche, den Eiern und dem zurückbehaltenen Eiweiß verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.

**4** Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Form ausrollen, in die Form legen und einen etwa 2 cm hohen Rand formen. Den Teig mehrfach mit der Gabel einstechen. Die Rotweinzwiebeln auf dem Teigboden verteilen, die Ziegenkäsemischung daraufgießen und die übrigen Thymianblättchen aufstreuen. Die Tarte im heißen Ofen (Mitte, Umluft 160°C) etwa 30 Min. backen. Herausnehmen und zum Servieren lauwarm abkühlen lassen.







# Grüne Waldmeister-Macarons

## **FÜR 24 STÜCK**

### **Für die Füllung:**

**15 g Vanillepuddingpulver (zum Kochen)**

**15 g Zucker**

**150 ml Milch**

**50 ml Waldmeister-Sahnelikör**

**grüne Lebensmittelfarbe (Paste)**

**80 g weiche Butter**

**25 g Puderzucker**

### **Für die Macaronschalen:**

**100 g gemahlene blanchierte Mandeln**

**100 g Puderzucker**

**60 g Eiweiß (ca. 2 Eier (M))**

**grüne und gelbe Lebensmittelfarbe (am besten Paste)**

**25 g Zucker**

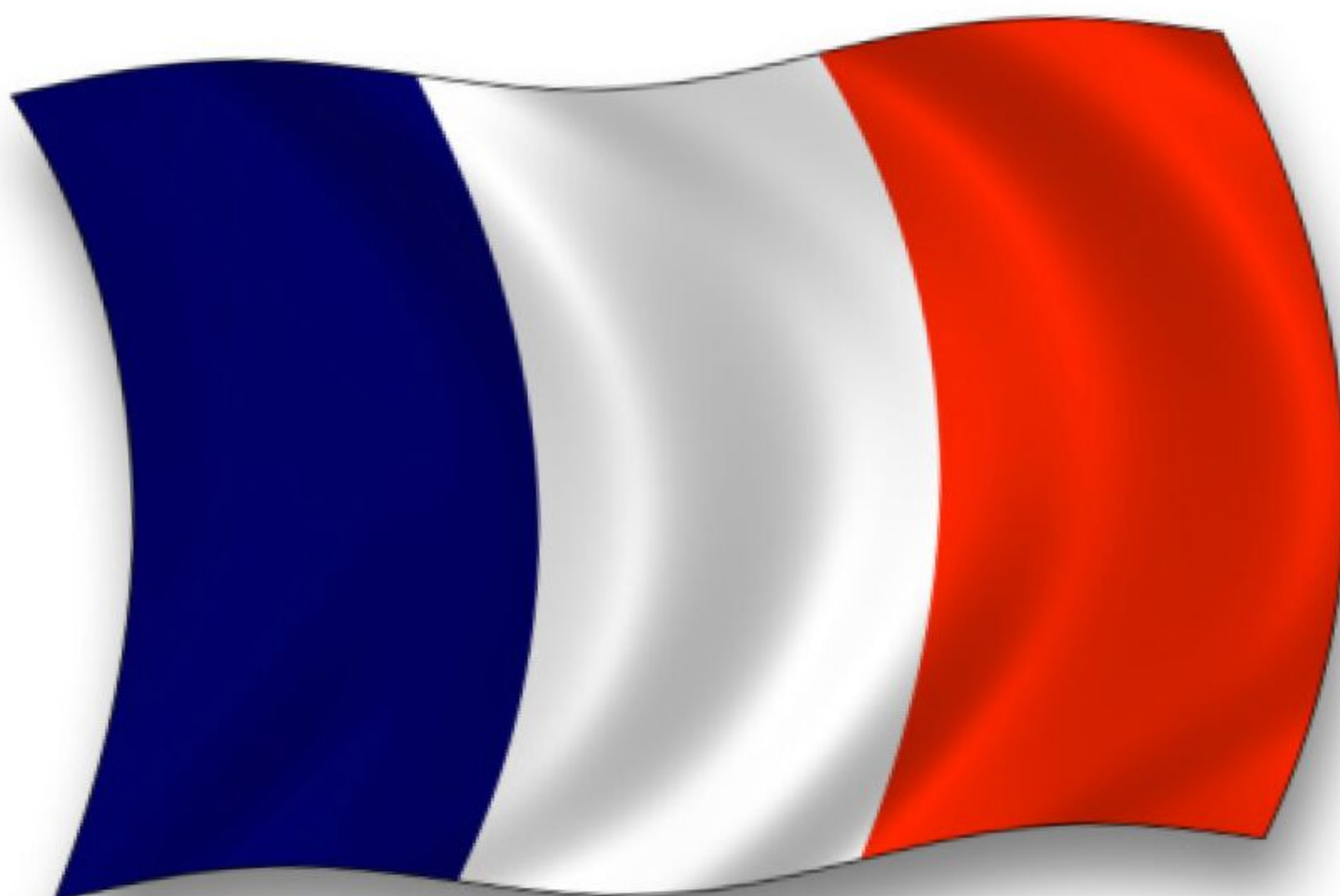
**1** Für die Füllung Puddingpulver und Zucker mit 4 EL Milch glatt rühren. Die übrige Milch aufkochen und das angerührte Puddingpulver unter Rühren dazugeben. Die Mischung kurz aufkochen, den Liköriterrühren, die Masse nach Belieben mit Lebensmittelfarbe leicht grün färben und in eine Schüssel umfüllen. Den Pudding mit Frischhaltefolie zugedeckt 1 Std. auf Raumtemperatur abkühlen lassen.

**2** Die Butter und den Puderzucker mit dem Handrührgerät auf höchster Stufe ca. 5 Min. weißcremig aufschlagen. Den Pudding esslöffelweise dazugeben, jeweils ca. 20 Sek. einarbeiten. Die Buttercreme 1 Std. im Kühlschrank kühl stellen.

**3** Für die Macaronschalen die Mandeln und den Puderzucker fein mahlen und sieben. Das Eiweiß anschlagen und so viel grüne und etwas gelbe Lebensmittelfarbe dazugeben, dass ein kräftiges Apfelgrün entsteht. Unter Rühren den Zucker einrieseln lassen und alles auf höchster Stufe 8 Min. zu sehr festem Eischnee schlagen. Eischnee unter die Mandelmischung heben, bis eine glatte, zäh fließende Masse entstanden ist.

**4** Zwei Backbleche mit Backpapier oder Back-Silikonmatten belegen. Die Macaronmasse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle (Größe 8) füllen und damit 48 gleichmäßige Tupfen aufspritzen. Von unten gegen die Bleche klopfen, um die Tupfen zu glätten. Dann die Macaronschalen ca. 30 Min. trocknen lassen. Inzwischen den Backofen auf 140°C Umluft vorheizen.

**5** Macaronschalen im Backofen ca. 13 Min. backen. Herausnehmen, mit dem Backpapier vom Blech ziehen und ca. 10 Min. abkühlen lassen. Die Waldmeister-Buttercreme auf 24 Schalen auftragen. Übrige Schalen daraufsetzen und leicht andrücken. In einer luftdicht schließenden Box für mindestens 6 Std. kühl stellen.



**Tipp zur Lagerung:** Am besten schmeckt das traditionelle Baisergebäck, das schon im Frankreich des 16. Jahrhunderts beliebt war, wenn es über Nacht gut durchgezogen ist. Die Macarons halten sich in einer luftdichten Dose im Kühlschrank sogar bis zu einer Woche. Damit sie nicht weich werden, kann man sie auch einfrieren. Später lässt man sie langsam über Nacht im Kühlschrank wieder auftauen.





# Zucchini-Möhren-Tarte

**FÜR 1 TARTEFORM (26 CM Ø, 8 STÜCKE)**

**3–4 große Möhren**

**3 kleine Zucchini**

**150 g französischer Schnittkäse (z.B. Cantal)**

**200 g Crème fraîche**

**3 Eier**

**1 TL Fleur de sel**

**1 TL französischer Senf**

**Pfeffer aus der Mühle**

**1 Pck. Blätterteig (Fertigprodukt; aus dem Kühlregal, 270 g)**

**100 g französisches Rillettes**

**125 g französische Salami**

**1** Die Möhren schälen und waschen. Die Zucchini waschen, die Enden abschneiden und die Zucchini und die Möhren mit einem Sparschäler in dünne Streifen hobeln oder schneiden. Die Salami ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Gemüse- und Salamistreifen zu Röllchen aufrollen.

**2** Käse fein würfeln. Für den Guss Crème fraîche mit den Eiern, Käsewürfeln, Fleur de sel und Senf verquirlen und mit Pfeffer würzen. Den Backofen auf 220°C vorheizen.

**3** Boden und Rand der Tarteform mit Blätterteig samt Backpapier auslegen und dünn mit Rillettes bestreichen. 2/3 von dem Guss auf der Tarte verteilen. Die Tarte von außen nach innen abwechselnd mit den vorbereiteten Gemüse- und Salamiröllchen belegen.

**4** Den restlichen Guss vorsichtig auf der Tarte verteilen. Die Tarte im Backofen in 35–40 Min. backen.



# Lachs-Spinat-Crêpes

## FÜR 4 PORTIONEN

300 g Blattspinat (TK)

30 g Walnusskerne

2 Schalotten

3 EL Sonnenblumenöl

125 g Stremellachs

30 g getrocknete Datteln

50 g Kräuterfrischkäse

Salz, Pfeffer aus der Mühle

60 g Butter

4 Eier

200 g Weizenmehl (Type 550)

300 ml Milch

200 g Sahne

250 g Kirschtomaten

80 g geriebener Käse

¼ Bund Petersilie

**1** Für die Füllung den Spinat auftauen lassen. Die Walnüsse grob hacken. Die Schalotten abziehen, in Würfel schneiden und mit dem Spinat in 1 EL erhitztem Öl ca. 5 Min. andünsten. 150 ml Wasser dazugeben, aufkochen und ohne Deckel ca. 10 Min. garen.

**2** Den Stremellachs in kleine Stücke zerpfücken, die Datteln fein hacken und beides mit dem Frischkäse unter den Spinat mischen. Die Füllung mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**3** Für die Pfannkuchen die Butter zerlassen, etwas abkühlen lassen und mit den Eiern, dem Mehl, der Milch, 100 g Sahne und etwas Salz verrühren. Den Teig in dem restlichen erhitzten Öl zu 4 goldgelben Pfannkuchen backen und etwas abkühlen lassen.

**4** Spinat-Lachs-Füllung auf den Pfannkuchen verteilen, diese aufrollen und in eine Auflaufform legen.

**5** Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Für die Sauce die Tomaten waschen, halbieren, mit der restlichen Sahne und dem Käse vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und auf den Pfannkuchen verteilen. Die Pfannkuchen mit den Walnüssen bestreuen und im vorgeheizten Backofen 20–25 Min. überbacken.

**6** Die Petersilie waschen, trocken tupfen, die Blättchen abzupfen, fein hacken, die Pfannkuchen zum Servieren damit bestreuen.







## Schönes Korsika

Ein kleines Paradies, das zu Frankreich gehört, ist die Insel Korsika. Mit ihren malerischen Küsten, Gebirgen und dichten Wäldern bietet sie eine Vielzahl an Outdoor-Aktivitäten wie Wandern, Radfahren und Wassersport. Sehr faszinierend ist auch die Stadt Bonifacio, die an der südlichen Inselfspitze spektakulär auf weißen Kalksteinfelsen über dem Meer thront. Die Altstadt, auch „La Haute Ville“ genannt, ist von mittelalterlichen Mauern umgeben. In den engen, gewundenen Gassen gibt es viel zu entdecken. Unbedingt probieren sollte man den korsischen Käse – ein Gedicht!

# Flammkuchen mediterrane Art

### FÜR 4 PORTIONEN

**1 Pckg. Flammkuchenteig (Fertigprodukt; Kühlregal, 240 g)**

**1 Knoblauchzehe**

**2–3 Zweige Rosmarin**

**200 g Crème fraîche**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle**

**300 g Süßkartoffeln**

**2 Ziegenkäserollen (à 125 g)**

**2 EL flüssiger Honig**

**8 kleine reife Feigen**

**2 kleine rote Zwiebeln**

**80 g Rohschinken, in hauchdünnen Scheiben**

**4 TL Crema di Balsamico**

**1** Den Backofen auf 250°C vorheizen, den Flammkuchenteig samt Backpapier auf dem Backblech entrollen. Den Knoblauch abziehen, fein hacken. Rosmarin waschen, trocken schütteln, 1–2 EL Nadeln abstreifen und fein schneiden, mit der Crème fraîche verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Creme auf dem Flammkuchenteig verstreichen. Die Süßkartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden.

**2** Ziegenkäse in Scheiben schneiden, mit den Süßkartoffeln auf dem Flammkuchen verteilen und mit dem Honig beträufeln. Feigen abreiben und vierteln. Die Zwiebeln abziehen, in sehr feine Ringe schneiden, mit den Feigen auf dem Flammkuchen verteilen. Im vorgeheizten Backofen in 10–12 Min. backen. Den Flammkuchen mit Schinken und Rosmarin garnieren, mit Crema di Balsamico beträufelt servieren.







# Eclairs mit Espresso creme

## FÜR 20 STÜCK

### Für den Brandteig:

50 g Butter

Salz

2 EL Vanillezucker

180 g Mehl

4 Eier (Gr. M)

1 TL Backpulver

### Für die Creme:

250 g Sahne

Mark von 1 Vanilleschote

1 EL Instant-Espressopulver

4 Eigelbe

100 g Zucker

250 g Butter

150 g weiße Schokolade

### Außerdem:

Puderzucker zum Bestäuben

**1** Für den Brandteig ¼ l Wasser mit der Butter, 1 Prise Salz und dem Vanillezucker aufkochen. Das Mehl auf einmal hineingeben und mit einem Kochlöffel so lange rühren, bis sich am Topfboden eine weiße Schicht bildet und der Teig sich als Kloß vom Boden löst.

**2** Den Teig in eine Schüssel geben und sofort 1 Ei unterrühren, den Teig ca. 10 Min. abkühlen lassen. Die restlichen Eier nacheinander mit den Knethaken des Handrührgeräts unter den Teig rühren, anschließend das Backpulver untermengen.

**3** Brandteig in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech 20 Streifen aufspritzen. Im vorgeheizten Backofen bei 200°C ca. 25 Min. goldbraun backen (die Ofentür nicht öffnen!). Herausnehmen, waagrecht halbieren und abkühlen lassen.

**4** Für die Creme die Sahne mit Vanillemark und Espressopulver aufkochen und ziehen lassen. Eigelbe mit dem Zucker verrühren, die heiße Sahne unter Rühren hinzufügen, zurück in den Topf gießen und bei schwacher Hitze unter Rühren erhitzen, bis die Creme dicklich ist. Die Vanillecreme durch ein Sieb passieren und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

**5** Die Butter ca. 10 Min. dickschaumig schlagen, dann die Vanillecreme nach und nach unter die Butter rühren. Die weiße Schokolade in einer Schüssel im heißen Wasserbad schmelzen und unter die Creme ziehen. Die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen, auf die untere Hälfte der Eclairs spritzen und die Deckel aufsetzen. Mit Puderzucker bestäuben.







# Schokocroissant in Muffin-Façon

**FÜR 12 STÜCK**  
**1 Rolle Blätterteig**  
**(275 g; aus dem Kühlregal)**  
**ca. 50 g Zucker**

**1 Tafel Zartbitterschokolade (100 g)**  
**Außerdem: Puderzucker zum Bestäuben**  
**Butter zum Einfetten**

**1** Den Backofen auf 200°C vorheizen. Die Mulden einer 12er-Muffinform leicht einfetten. Den Blätterteig aus der Packung nehmen, auf der leicht gezuckerten Arbeitsfläche entrollen und mit dem Nudelholz etwas größer ausrollen.

**2** Restlichen Zucker gleichmäßig auf dem Teig verteilen und leicht andrücken. Nun den Teig von der Längsseite her eng aufrollen und in 12 gleich große Stücke schneiden. Die Schokolade in 24 Stücke brechen bzw. schneiden.

**3** Jede Teigrolle entrollen und mit Schokolade belegen. Dann den Teig wieder einrollen und in die Muffinform setzen.

**4** Die Croissant-Muffins im Ofen auf der mittleren Schiene ca. 20 Min. goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und aus den Mulden lösen. Mit Puderzucker bestäubt servieren.







# Quiche Lorraine mit Kartoffelkruste

**FÜR 1 SPRINGFORM (23 CM Ø; 4 PERSONEN)**

**1 kg Kartoffeln, festkochende Sorte**

**4 EL Butter**

**Salz**

**2 Stangen Lauch (ca. 500 g)**

**2 Zwiebeln**

**150 g Gouda**

**100 g Bacon, in Streifen**

**4 Eier (M)**

**200 g Sahne**

**Muskatnuss, frisch geriebene**

**Außerdem: Fett für die Form,**

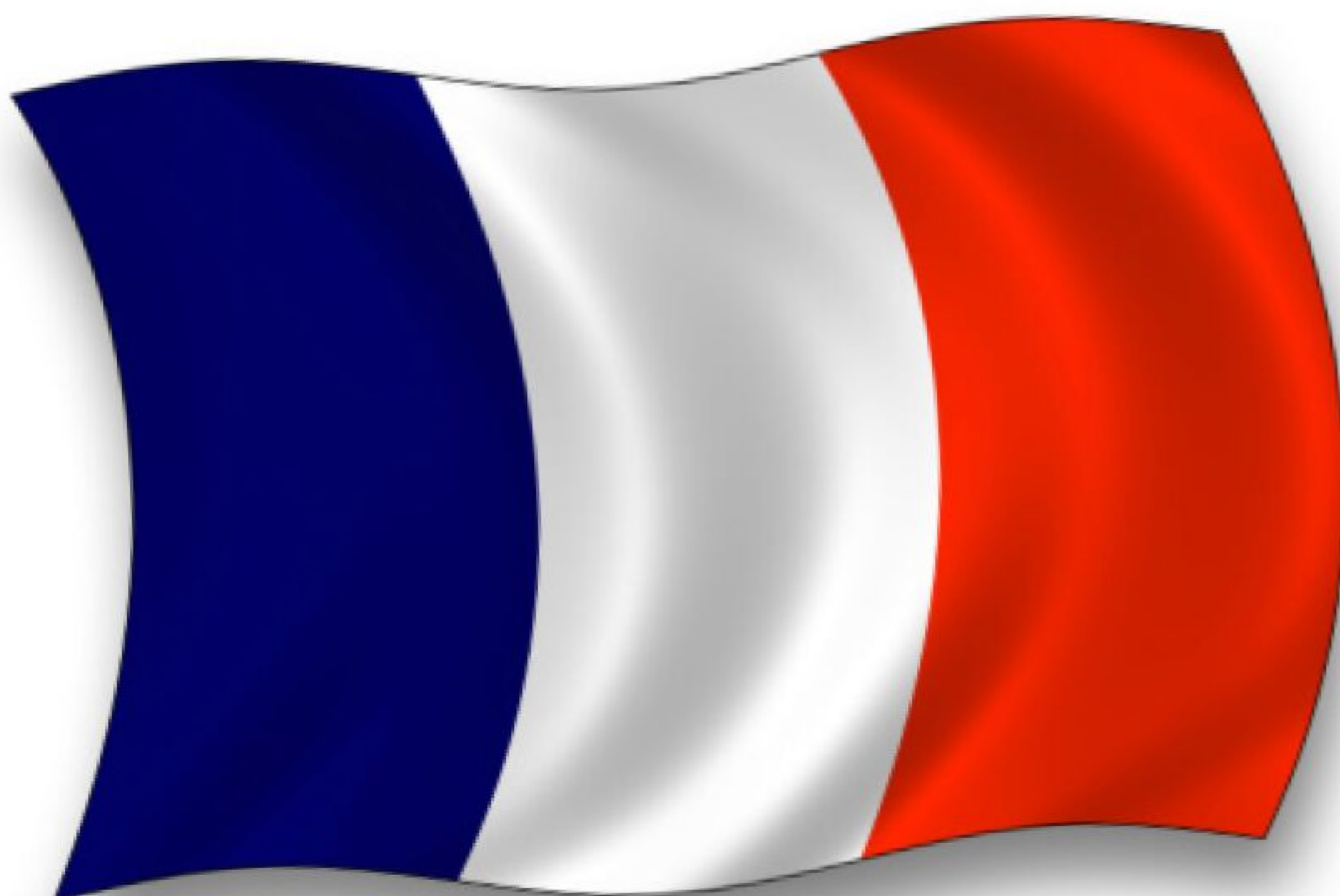
**Kräuter oder essbare Blüten zum Garnieren**

**1** Ofen auf 220°C vorheizen. Den Boden der Form mit Backpapier auskleiden, den Rand fetten. Kartoffeln schälen, waschen und fein in eine Schüssel reiben. Schüssel mit Wasser auffüllen, bis die Kartoffeln bedeckt sind und 10 Min. ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Butter in einem Topf zerlassen und klären, d.h. durch ein Sieb gießen. Die Kartoffelmasse in 4 Portionen jeweils in ein Geschirrtuch geben und so viel Flüssigkeit wie möglich auspressen.

**2** Die ausgepressten Kartoffeln mit 3 EL geklärter Butter und 1 TL Salz mischen und in die Form füllen. Die Kartoffelmasse mit einem Löffel am Formboden andrücken, dabei einen 3 cm hohen, etwa ½ cm dicken Rand formen. Die Kartoffeln mit der restlichen Butter bepinseln, im Backofen ca. 30 Min. backen.

**3** Lauch putzen, längs aufschneiden, waschen und quer in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden. Gouda grob reiben. Bacon in einer Pfanne ohne Fett goldbraun braten. Zwiebeln dazugeben, 2 Min. anschwitzen, den Lauch dazugeben und weitere 4 Min. mit anschwitzen. Pfanne beiseite ziehen und 10 Min. abkühlen lassen.

**4** Eier in eine Schüssel aufschlagen, geriebenen Käse, Sahne, ½ TL Salz und 3 Prisen Muskatnuss dazugeben und verrühren. Die Lauchmischung dazugeben und alles miteinander verrühren. Form aus dem Backofen holen und die Lauchmasse auf dem Kartoffelboden verteilen. In den Ofen schieben (Mitte), die Temperatur auf 180°C senken und weitere 40–45 Min. backen. Form aus dem Ofen nehmen, Quiche aus der Form lösen. Nach Belieben mit essbaren Blüten oder Kräutern garnieren.



**Vielseitiges Gericht:** Bei der Quiche Lorraine handelt es sich um eine Spezialität aus der Region Lothringen. Wer dem traditionellen Rezept eine moderne Nuance verpassen will, kann zum Überbacken etwas Gruyère dazugeben. Auch Gemüsefüllungen liegen im Trend. Ob warm oder kalt serviert, ist der herzhafte Kuchen ein Genuss und ideal zum Brunch, als Mittagessen oder in kleineren Portionen als Vorspeise oder Snack.





# Coq au vin à la Quercynoise

## FÜR 4 PORTIONEN

- 4 Hähnchenkeulen (à ca. 250 g)
- 2 TL Gewürzmix für Geflügel (z.B. mit Paprika, Pfeffer, Knoblauch, Sellerie, Thymian, Majoran)
- 4 EL Bratöl
- 250 g Champignons
- 400 g Kirschtomaten
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Zweige Thymian
- 2 Zweige Rosmarin
- 2 EL Tomatenmark
- 200 ml trockener Rotwein (aus Cahors oder dem Languedoc)
- 1 TL gekörnte Geflügelbrühe
- 1 TL brauner Zucker
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer
- 20 g Pinienkerne
- 60 g Meersalzbutter, zimmerwarm
- 1 Baguette, zum Aufbacken (Fertigprodukt; ca. 250 g)

**1** Hähnchenschenkel waschen, trocken tupfen, mit Gewürz einreiben, in 2 EL erhitztem Öl ca. 10 Min. anbraten, herausnehmen und in eine große Auflaufform oder einen Bräter legen.

**2** Champignons abbürsten, den Wurzelansatz abschneiden und die Champignons vierteln. Die Tomaten waschen. Zwiebeln und Knoblauch abziehen, die Zwiebeln in Spalten schneiden und den Knoblauch fein hacken. Die Kräuter waschen.

**3** Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Champignons, die Zwiebeln und den Knoblauch in dem restlichen erhitzten Öl anbraten. Die Tomaten dazugeben und ebenfalls anbraten. Das Tomatenmark hinzufügen und mit der Gemüsemischung anrösten.

**4** Den Wein mit der gekörnten Brühe verrühren und mit den Kräutern zur Gemüsemischung geben. Alles aufkochen, mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen, zu den Hähnchenschenkeln geben und das Coq au vin im Backofen 45–50 Min. garen.

**5** Die Pinienkerne grob hacken, in einer beschichteten Pfanne goldbraun rösten und mit der weichen Butter verkneten. Das Baguette im Abstand von 1 cm ein-, aber nicht durchschneiden, und die Butter in die Einschnitte streichen. Das Baguette mit in den Backofen legen und 12–15 Min. knusprig aufbacken. Zum Coq au vin dazureichen.



# Miesmuscheln in Weißwein-Fenchel-Sud

## FÜR 4 PORTIONEN

**2,5 kg frische Miesmuscheln**

**2 Stangen Lauch**

**6 Schalotten**

**2 Fenchelknollen (mit Grün)**

**40 g Butter**

**Salz, Pfeffer**

**1 Prise Safranfäden**

**400 ml trockener Weißwein**

**1 cl Sambucca (oder ein anderer Anisschnaps) nach Belieben**

**Weißbrot nach Belieben**

**1** Die Muscheln gründlich unter fließendem kaltem Wasser abbürsten und dabei alle offenen und beschädigten Muscheln aussortieren. Die „Bärte“ mit einem Messer abschneiden und die Muscheln in einem Sieb abtropfen lassen.

**2** Lauch putzen, waschen und das helle Grün in feine Ringe schneiden (den Rest anderweitig verwenden). Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Den Fenchel putzen und waschen und das Grün beiseitelegen. Den Strunk herausschneiden und den Fenchel in feine Streifen schneiden.

**3** Die Butter in einem sehr großen Topf erhitzen und das Gemüse kurz darin andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, die Safranfäden und den Wein dazugeben und alles aufkochen.

**4** Die Muscheln zum Gemüse in den Topf geben und zugedeckt bei starker Hitze 8–10 Min. dünsten. Dabei den Topf immer wieder schwenken, bis die Muscheln geöffnet sind. Muscheln, die sich beim Kochen nicht geöffnet haben, wegwerfen.

**5** Sud mit Salz und nach Belieben mit Sambuca abschmecken. Muscheln mit dem gehackten Fenchelgrün bestreuen und mit Weißbrot anrichten.







## Herz von Paris

Eifelturm, Louvre, Notre-Dame – Frankreichs Hauptstadt hat viel zu bieten. Doch das wahre Herz von Paris sind seine Straßencafés. Hier, zwischen den runden Tischen, die mit duftendem Café au Lait locken, pulsiert das Leben. Künstler, Schriftsteller, Einheimische und Touristen, sie alle treffen sich hier, um das bunte Treiben zu beobachten, inspirierende Gespräche zu führen oder einfach nur das süße Nichtstun zu genießen. Vom ersten Sonnenstrahl bis tief in die Nacht sind die charmanten Ecken von Paris ein kulinarisches und kulturelles Erlebnis, vielseitig und lebendig wie die Stadt selbst.

# Erdbeer-Vanille-Clafoutis

**FÜR 6 TARTELETTEFÖRMCHEN (10-12 CM Ø)**

**300 g kleine Erdbeeren**

**120 g Zucker**

**90 g Butter**

**75 g Weizenmehl (Type 550)**

**150 g gemahlene Mandeln**

**2 Eier**

**600 ml Milch**

**2 EL Honig**

**ausgekratztes Mark von einer Vanilleschote**

**2 Eigelbe**

**1 TL Speisestärke**

**2 EL Puderzucker zum Bestäuben**

**Außerdem: Butter und Zucker für die Förmchen**

**1** Erdbeeren waschen, trocken tupfen und putzen. Tarteletteförmchen einfetten und mit etwas Zucker austreuen.

**2** Backofen auf 200 °C vorheizen. Die Butter zerlassen. 70 g Zucker in einer Schüssel mit dem Mehl und den Mandeln vermischen. Eier in einer zweiten Schüssel mit 150 ml Milch und dem Honig verquirlen, die zerlassene Butter und die Mehlmischung mit einem Schneebesen kurz unterrühren.

**3** Den Teig in die Förmchen füllen, die Erdbeeren darauf verteilen und vorsichtig etwas in den Teig drücken. Mini-Clafoutis im vorgeheizten Backofen ca. 25–30 Min. goldbraun backen.

**4** Für die Vanillesauce 300 ml Milch, den übrigen Zucker (50 g) und das Vanillemark aufkochen und ca. 10 Min. ziehen lassen. Die restliche Milch (150 ml) und die Eigelbe verquirlen. Die Stärke dazusieben und unterrühren. Die Vanillemilch aufkochen, die Stärkemischung unter Rühren dazugeben, die Vanillesauce unter Rühren ca. 2–3 Min. erwärmen und andicken lassen.

**5** Die Mini-Clafoutis mit dem Puderzucker bestäuben und mit der Vanillesauce servieren.









# Cranberry-Chia-Brioche

**FÜR 1 KASTENFORM (CA. 25 CM; 10-15 SCHEIBEN)**

**3 EL Milch**

**½ Würfel frische Hefe (21 g)**

**80 g Zucker**

**350 g Weizenmehl (Type 550)**

**4 Eier**

**1 TL Salz**

**40 g getrocknete Cranberrys**

**170 g weiche Butter**

**30 g Chiasamen**

**1 Eigelb**

**2 EL Hagelzucker**

**Außerdem: Fett für die Form, Mehl zum Arbeiten**

**1** 2 EL Milch vorsichtig erwärmen, die Hefe zerbröckeln, mit dem Zucker unter Rühren in der Milch auflösen. Mit Mehl, Eiern und Salz mischen und zu einem glatten Teig kneten. Die Cranberrys hacken. Mit der Butter und den Chiasamen unter den Teig kneten, abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 ½ Stunden gehen lassen.

**2** Anschließend den Teig in den Kühlschrank stellen und weitere 3–4 Std., am besten über Nacht gehen lassen.

**3** Die Form einfetten. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche vorsichtig zu einem Rechteck flach drücken, dann wie eine Biskuitrolle zu einem Laib aufrollen, der die Länge der Form hat. Den Teig mit der Nahtstelle nach unten in die vorbereitete Form geben und weitere ca. 3 Std. gehen lassen.

**4** Backofen auf 180 °C vorheizen. Das Eigelb mit der übrigen Milch verquirlen, die Brioche-Oberfläche damit bestreichen, mit Hagelzucker bestreuen und im vorgeheizten Backofen 30–40 Min. goldbraun backen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.



# Gâteau au fromage blanc

**FÜR 1 SPRINGFORM (22–24 CM Ø; 12 STÜCKE )**

**Für Boden und Rand:**

**100 g Dinkelmehl (Type 630)**

**50 g gesalzene Butter zzgl. etwas mehr für die Form**

**Für den Belag:**

**4 Eier**

**500 g Speisequark (40 % Fett)**

**abgeriebene Schale und Saft einer Bio-Zitrone**

**200 g Zucker, 2 EL Crème Double**

**1 Pck. Bourbon-Vanillezucker**

**40 g Weizenmehl (Type 550)**

**1 EL Speisestärke**

**Für das Beerencoulis:**

**400 g gemischte Beerenfrüchte (TK)**

**150 ml Rotwein**

**3 EL Zucker**

**ausgekratztes Mark einer Vanilleschote**

**Außerdem: ca. 2 EL Puderzucker zum Bestäuben**

**1** Für Boden und Rand das Mehl, die in Stücke geschnittene Butter und 2–4 EL eiskaltes Wasser verkneten, in Folie wickeln und ca. 2 Std. kalt stellen.

**2** Form fetten, den Teig zwischen Backpapier dünn ausrollen. Den Boden und den Rand der Form mit dem Teig auslegen. Backofen auf 200 °C vorheizen.

**3** Für den Belag Eier, Quark, Zitronenabrieb und -saft, Zucker, Crème Double und den Vanillezucker verrühren. Das Mehl und die Stärke vermischen, unterheben, den Belag auf dem Teig verteilen. Den Kuchen im Backofen ca. 30 Min. backen. Anschließend die Temperatur auf 150 °C reduzieren, den Kuchen in weiteren 15–25 Min. fertig backen

**4** Für das Beerencoulis die Beeren mit Rotwein, Zucker und Vanillemark aufkochen, ca. 15 Min. köcheln lassen, durch ein Sieb streichen und abkühlen lassen.

**5** Den Kuchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen, mit dem Puderzucker bestäuben und mit dem Beerencoulis garniert servieren.









# Ofenfrische Baguettes

## FÜR 3 STÜCK

400 g Weizenmehl (Type 550)

25 g frische Hefe

7 g Salz

Öl für die Schüssel

Mehl für die Arbeitsfläche

1 Handvoll Eiswürfel

**1** In einer Schüssel 150 g Mehl mit 150 ml Wasser und 5 g zerbröckelte Hefe verrühren und den Vorteig zugedeckt bei Zimmertemperatur 24 Std. gehen lassen.

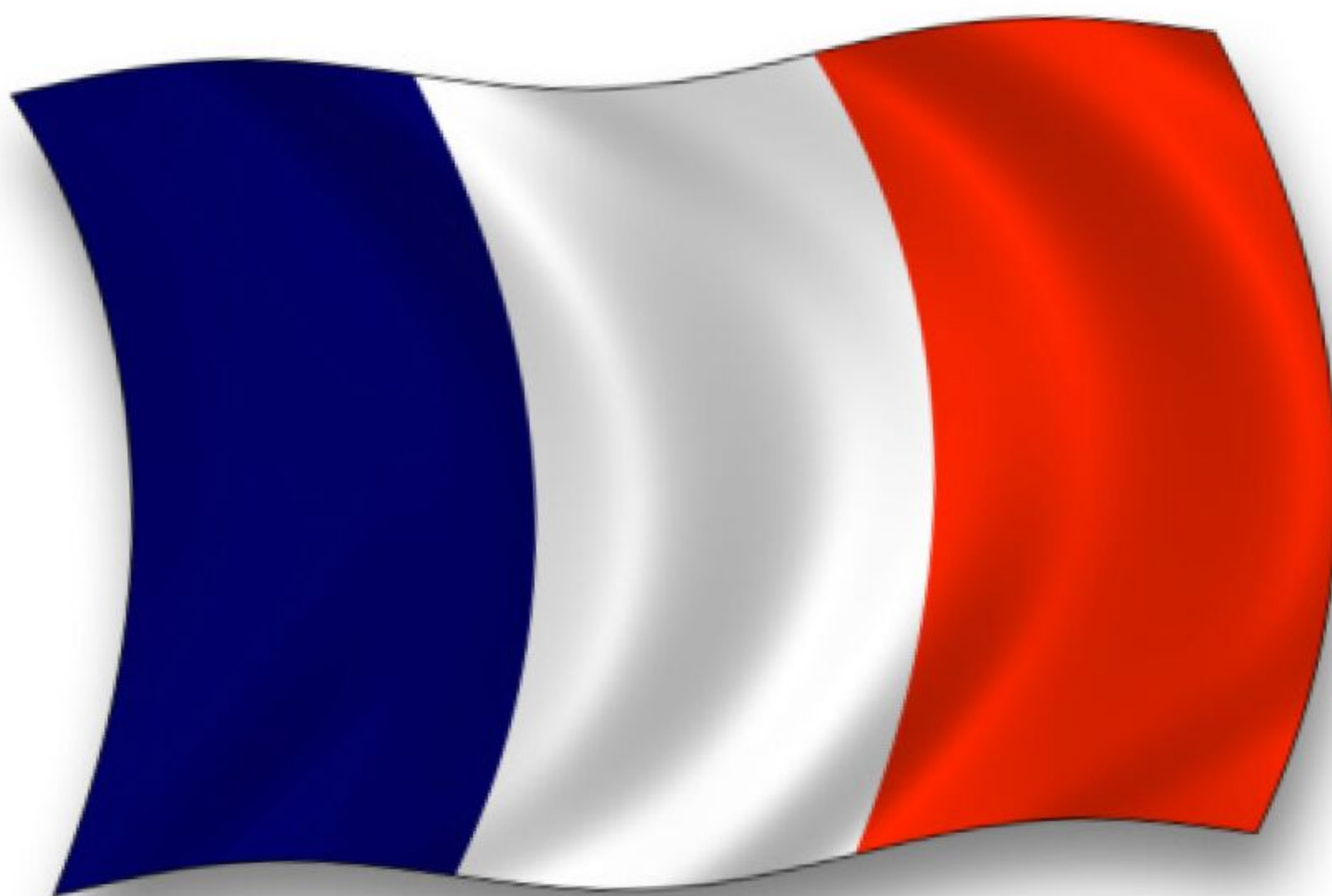
**2** Am nächsten Tag den Vorteig mit dem restlichen Mehl mit den Knethaken des Handrührgeräts (oder in der Küchenmaschine) und 130 ml lauwarmem Wasser zum Teig verkneten und zugedeckt 30 Min. gehen lassen. Dann die restliche zerbröckelte Hefe und das Salz dazugeben und alles zuerst ca. 5 Min. auf kleinster Stufe, dann ca. 7 Min. auf mittlerer Stufe verkneten.

**3** Teig in einer leicht geölten Schüssel zugedeckt 1 Std. gehen lassen. Teigränder mit einer Teigkarte mehrmals nach innen falten, sodass etwas Spannung im Teig entsteht. Den Teig wieder ca. 1 Std. gehen lassen.

**4** Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche in 3 Stücke teilen und lang wirken. Dafür die Stücke leicht flach drücken und die obere Längsseite zu zwei Dritteln über den Teig schlagen. Dann die untere Längsseite bis zum Rand darüberfalten und leicht andrücken. Teig um 90 Grad drehen und zugedeckt ca. 5 Min. ruhen lassen. Teigstücke erneut flach drücken, von der schmalen Seite her straff aufrollen. Dafür mit den Fingerspitzen den Rand einmal umschlagen und festdrücken. So fortfahren, bis der Teig ganz aufgerollt ist und eine gute Spannung aufweist. Nun die Naht zusammendrücken und erneut zugedeckt ca. 5 Min. ruhen lassen.

**5** Teiglinge zu ca. 30 cm langen Stangen rollen und mit Abstand auf ein bemehltes Küchentuch legen. Das Tuch zwischen den Stangen jeweils zu einer Falte zusammenschieben, die Brote mit einem feuchten Küchentuch abdecken und weitere 30 Min. gehen lassen.

**6** Einen Pizzastein auf ein Ofengitter (2. Schiene von unten) legen und im Backofen auf 250°C vorheizen. Dabei einen Stieltopf auf dem Boden miterhitzen. Die Stangen mit einem scharfen Messer mehrmals schräg ca. 1 cm tief einschneiden und mit Wasser besprühen. Vorsichtig auf den Pizzastein setzen, die Eiswürfel in den Topf geben und die Stangen ca. 10 Min. backen. Den Topf herausnehmen und die Baguettes 5–10 Min. fertig backen.



**Tolle Kruste:** Frisch aus dem Ofen schmeckt Baguette am besten. Denn Eiswürfel sorgen während des Backens für ordentlich Dampf, das verleiht der Brotstange ihre herrliche Kruste. Übrig gebliebenes Baguette bewahrt man am besten in einer Papiertüte auf – in Plastik geht die Knusprigkeit verloren. Ist das passiert, hilft es, das Baguette mit Wasser besprüht kurz aufzubacken.





# Süßkartoffel-Auflauf mit Jambon de Bayonne

## FÜR 4 PORTIONEN

**100 g Bayonne-Schinken (oder französischer Schinken)**

**500 g Süßkartoffeln**

**500 g Rosenkohl**

**1 Knoblauchzehe**

**150 g würziger Hartkäse (z.B. Gruyère)**

**200 g Sahne**

**1 TL Fenchelsamen**

**2 TL Dijon-Senf**

**Salz**

**Pfeffer aus der Mühle**

**2 TL Butter**

**2 EL Kerne-Mix**

**1** Backofen auf 180°C vorheizen. Den Schinken in feine Streifen oder Würfel schneiden. Die Süßkartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. Den Rosenkohl putzen und halbieren. Knoblauch abziehen und fein hacken.

**2** Die Süßkartoffeln und den Rosenkohl in eine Auflaufform schichten. Käse reiben, mit der Sahne, dem Knoblauch und den Fenchelsamen verrühren, mit dem Senf, Salz und Pfeffer würzen.

**3** Den Sahneguss auf dem Auflauf verteilen, mit der Butter in Flöckchen belegen, mit den Kernen bestreuen und im vorgeheizten Backofen in 20–30 Min. goldbraun backen.



# Schnitzel Elsässer Art

## FÜR 4 PORTIONEN

3 Lauchzwiebeln

100 g Räucherspeck

1 EL Pflanzenöl

100 g Crème fraîche

2 EL Sahne

80 g geriebener würziger Hartkäse (z.B. Gruyère)

Salz

Pfeffer aus der Mühle

4 Schweineschnitzel (à ca. 150 g)

½ TL Paprikapulver

2 EL Butter

**1** Die Lauchzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Das dunkle Grün zum Garnieren beiseitelegen. Speck in feine Streifen schneiden und zusammen mit den hellen Lauchzwiebelringen in der Pfanne im heißen Öl 2–3 Min. leicht goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen. Dann mit der Crème fraîche, Sahne und Käse vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Backofen auf 200°C vorheizen. Die Schnitzel abrausen, trocken tupfen und mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne in der Butter auf beiden Seiten jeweils ca. 1 Min. goldbraun anbraten.

**3** Schnitzel aus der Pfanne nehmen und in eine ofenfeste Form legen. Die Creme dick darüber verteilen und alles im vorgeheizten Backofen ca. 10 Min. goldbraun backen. Mit den grünen Frühlingszwiebelringen bestreut anrichten. Nach Belieben Kartoffeln und Gemüse dazureichen.







## Entlang der Loire

Majestätisch schlängelt sich die Loire durch die malerischen Landschaften und romantischen Städte und Dörfer Frankreichs. Mit einer Länge von etwa 1.012 Kilometern ist sie der längste Fluss des Landes. Wer ihrem Verlauf folgt, etwa eine Bootstour oder Flusskreuzfahrt unternimmt, kommt vielleicht auch an Orléans vorbei und hat vom Fluss aus einen tollen Blick auf die imposante Cathédrale Sainte-Croix. Dieses architektonische Juwel und UNESCO-Weltkulturerbe ist im nachgotischen Stil gebaut und eines von vielen Highlights in der wunderschönen Renaissancestadt Orléans.

# Aprikosen-Galette mit Mandelcreme

**FÜR 1 GALETTE (CA. 24 CM Ø; 12 STÜCKE)**

**Für den Mürbeteig:**  
250 g Weizenmehl (Type 550)  
Salz, 120 g kalte Butter  
1 Ei (M)  
75 g Zucker

**Für den Belag:**  
40 g Butter  
75 g gemahlene Mandeln  
1 Ei (M), 40 g Zucker  
6 Aprikosen  
200 g Himbeeren

**Für den Teigrand:**  
1 Eigelb (M)  
1 EL Sahne  
2 EL Zucker  
30 g Mandelblättchen  
Außerdem: Mehl für die Arbeitsfläche

**1** Für den Mürbeteig das Mehl in eine Schüssel sieben. Mit 1 Prise Salz vermischen. Die Butter würfeln, mit dem Ei und dem Zucker hinzufügen und alles zu Krümeln vermengen. Mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten und nach Bedarf etwas kaltes Wasser ergänzen. In Folie gewickelt für ca. 45 Min. kalt stellen.

**2** Den Backofen auf 200°C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Butter schmelzen lassen und mit den gemahlenden Mandeln, Ei und Zucker zu einer glatten Creme verrühren. Die Aprikosen abbrausen, trocken tupfen, entkernen, in Spalten schneiden. Die Himbeeren verlesen.

**3** Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche zu einem großen Kreis ausrollen und auf das Blech legen. Teigboden mit der Mandelcreme bestreichen, dabei rundherum einen 4–5 cm breiten Rand frei lassen. Mit den Früchten belegen, die Teigländer darüber schlagen. Eigelb mit Sahne verrühren und auf den Teigrand pinseln. Mit Zucker und Mandelblättchen bestreuen. Die Galette im Ofen in ca. 35 Min. goldbraun backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.





*Mr. & Mrs. W. H. W.*  
*Paris, 6. 1874.*  
*Le 10. 1874.*





# Gefüllte Frühstücks-Brioche

## FÜR 12 STÜCK

550 ml Milch

½ Würfel frische Hefe (21 g)

500 g Weizenmehl (Type 405)

2 Eier

3 Eigelbe

150 g Zucker

35 g Honig

125 g weiche Butter

abgeriebene Schale von 1 unbehandelten Orange

1 TL Bourbon-Vanillezucker

1 Pck. Vanillepuddingpulver (zum Kochen)

250 g Heidelbeeren

**1** 150 ml Milch lauwarm werden lassen, die Hefe mit 1 Prise Zucker darin unter Rühren auflösen. Mit 150 g Mehl verrühren, abgedeckt ca. 2 Std. an einem warmen Ort ruhen lassen.

**2** Das restliche Mehl, ein Ei, die Eigelbe, 100 g Zucker und den Honig dazugeben, alles zu einem glatten Teig verkneten. Die weiche Butter, den Orangenabrieb und den Vanillezucker unterkneten. Den Teig so lange bearbeiten, bis er glatt und glänzend ist. Teig mindestens über Nacht, besser 24 Std., im Kühlschrank gehen lassen.

**3** Den Teig Zimmertemperatur annehmen lassen, in 12 Portionen teilen, zu Kugeln formen, auf das mit Backpapier belegte Ofenblech setzen. Mit einem Tuch abdecken und weitere ca. 2 Std. an einem warmen Ort gehen lassen.

**4** Backofen auf 180°C vorheizen. Von der übrigen Milch (400 ml) ca. 6 EL abnehmen und mit dem Puddingpulver und dem restlichen Zucker glattrühren. Die restliche Milch aufkochen, das angerührte Puddingpulver einrühren, aufkochen und den Pudding etwas abkühlen lassen. Die Heidelbeeren waschen und trocken tupfen.

**5** Die Teigkugeln zu flachen Ovalen formen, in die Mitte eine Vertiefung drücken und den Pudding in die Mulden portionieren. Heidelbeeren darauf verteilen. Übriges Ei verquirlen, die Brioche am Rand damit bestreichen. Im Backofen in 20–25 Min. goldbraun backen. Lauwarm servieren.







# Tarte Tatin

## FÜR EINE TARTEFORM (28 CM Ø; 10 STÜCKE)

### Für den Teig:

200 g Mehl

60 g Zucker

Salz

100 g kalte Butter

### Für den Belag:

1,2 Kg säuerliche Äpfel

2 EL Zitronensaft

150 g Zucker

75 g Butter

**1** Mehl, Zucker, eine Prise Salz und die klein gewürfelte Butter verkneten, dabei die Hände immer wieder mit kaltem Wasser anfeuchten, bis ein glatter Teig entsteht. In Frischhaltefolie gewickelt kalt stellen.

**2** Äpfel vierteln, schälen, vom Kerngehäuse befreien und die Viertel mit dem Zitronensaft beträufeln.

**3** Den Zucker mit der Butter zu hellem Karamell schmelzen und in der Form verteilen. Die Apfelviertel mit der Rundung nach unten dicht an dicht einlegen.

**4** Backofen auf 190°C vorheizen. Teig in der Größe der Form ausrollen und über die Äpfel legen. Am Rand sanft nach innen drücken. Im heißen Backofen (Mitte, Umluft 170°C) ca. 40 Min. backen. Die Tarte Tatin herausnehmen, eine Kuchenplatte auflegen und stürzen.







# Elsässer Flammkuchen

---

## FÜR 4 PORTIONEN

**75 g Roggenmehl (Type 1150)**

**1 Pck. Trockenhefe (7 g)**

**½ TL Zucker**

**225 g Weizenmehl (Type 550)**

**2 EL Olivenöl**

**Salz**

**200 g Schmand**

**2 Eigelbe (M)**

**200 g geräucherter Bauchspeck**

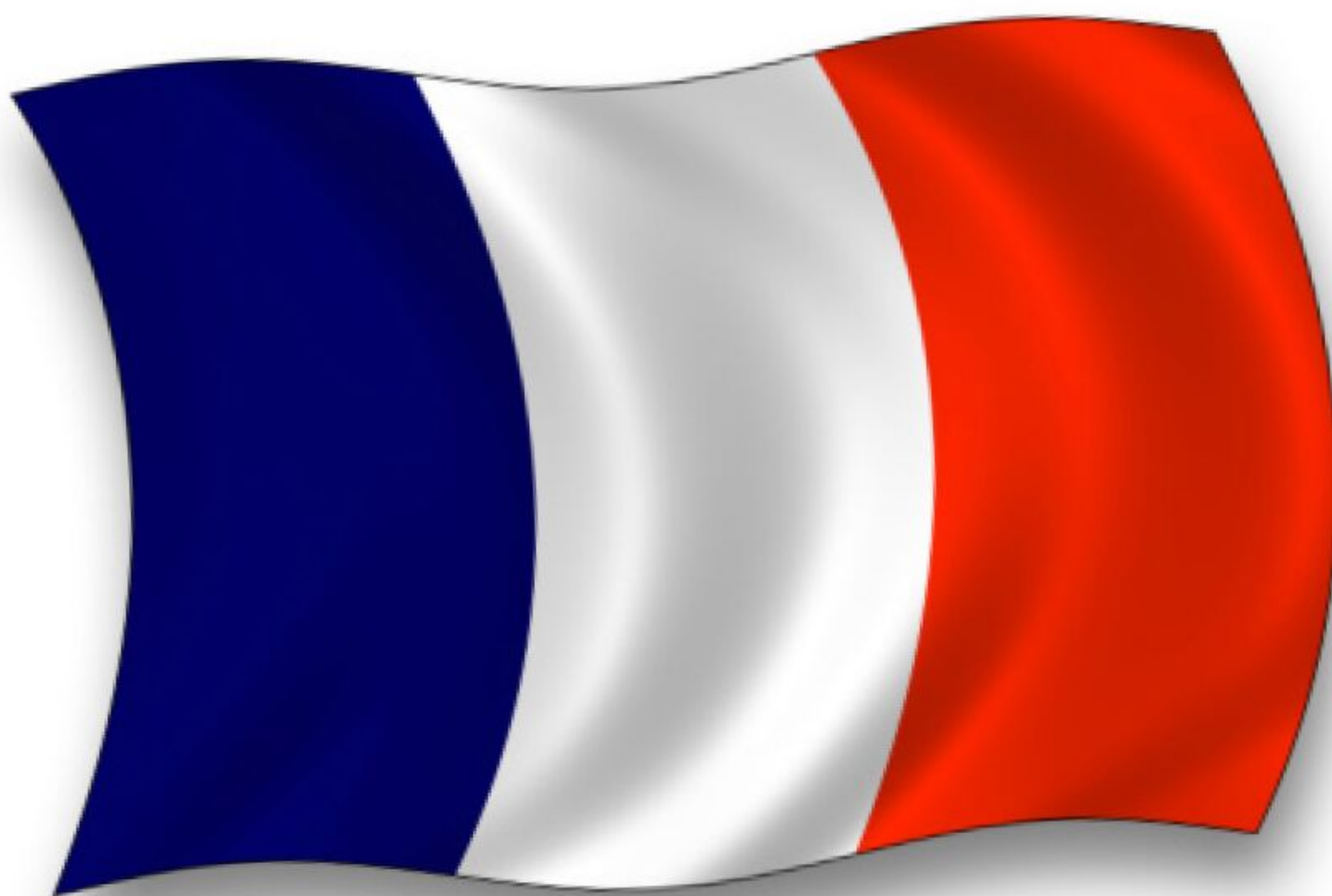
**4 rote Zwiebeln**

**Pfeffer aus der Mühle**

**1** Roggenmehl, Hefe, Zucker und 180 ml lauwarmes Wasser verrühren und 10 Min. ruhen lassen. Weizenmehl, Öl und 1 TL Salz dazugeben, dann alles mit den Knethaken des Handrührgerätes in 8 Min. zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Abdecken und 45 Min. an einem warmen Ort gehen lassen.

**2** Backofen auf 220°C Umluft vorheizen. Zwei Bleche mit Backpapier belegen. Den Schmand mit Eigelben und ½ TL Salz glatt rühren. Die Zwiebeln abziehen und in Ringe schneiden. Speck in Streifen schneiden.

**3** Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 4 Portionen teilen. Jede Portion zu einem ovalen, 2–3 mm dünnen Fladen ausrollen. Mit der Schmandcreme bestreichen, mit Zwiebeln und Speck belegen. Mit 2 Prisen Pfeffer würzen und je 2 Flammkuchen nebeneinander auf ein Backblech legen. Die Bleche nacheinander in den Ofen (unten) schieben und die Flammkuchen in ca. 12 Min. knusprig-goldbraun backen. Das Blech herausnehmen, Flammkuchen auf einem Schneidebrett in Stücke schneiden und servieren. Die Flammkuchen auf dem zweiten Blech auf die gleiche Weise backen und servieren.



**Zwiebelsorten:** Die rote Zwiebel ist sehr mild und leicht süßlich im Geschmack. Auch weiße Zwiebeln sind recht mild. Wer es ein wenig würziger mag, kann auch zu der schärferen, klassisch gelben Zwiebeln greifen. Für eine frische grüne Nuance auf dem Flammkuchen, streuen Sie nach dem Backen ein paar Lauchzwiebelringe darüber.



# Kirschtomaten-Clafoutis

## FÜR 4 PORTIONEN

**300 g kleine Kirschtomaten**

**1 Bund Majoran**

**2 EL Olivenöl**

**Salz**

**½ TL Zucker**

**120 g Frischkäse**

**4 Eier**

**120 ml Milch**

**2 gehäufte EL Speisestärke**

**Pfeffer**

**Muskatnuss, frisch gerieben**

**etwas Olivenöl für die Form**

**1** Die Kirschtomaten waschen und nach Belieben die Stielansätze mit einem spitzen Messer herausschneiden. Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abstreifen und fein hacken.

**2** Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Tomaten hineingeben und mit Salz und Zucker würzen. 8–10 Min. bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen, die Pfanne dabei gelegentlich rütteln. Kräuter hinzufügen und kurz mitbraten. Vom Herd nehmen und die Tomaten lauwarm abkühlen lassen. Nach Belieben die Haut von den Tomaten entfernen.

**3** Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine ofenfeste Form mit Öl ausfetten, die Kirschtomaten darin verteilen. Frischkäse, Eier und Milch verquirlen, die Speisestärke daraufsieben und unterziehen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzig abschmecken und über die Tomaten gießen. Die Clafoutis ca. 45 Min. im Ofen (Mitte, Umluft 160 °C) backen, bis die Oberfläche leicht gebräunt ist.







# Spinat-Crêpes mit Radieschen-Dip

## FÜR 4 PORTIONEN

**100 g Babyblattspinat**

**650 ml Haferdrink**

**250 Weizenmehl (Type 550)**

**30 g Speisestärke**

**Salz, Pfeffer aus der Mühle**

**1 Bund Radieschen**

**400 g Quark**

**2–3 EL Cashewmus**

**150 g Wildkräutersalat**

**2–3 EL fruchtiger Balsamicoessig**

**3 EL Pflanzenöl**

**1** Den Spinat waschen und mit dem Haferdrink pürieren. Mehl und Stärke unterrühren und den Teig mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Radieschen vom Grün schneiden, waschen und in kleine Würfel schneiden. Quark mit dem Cashewmus verrühren, die Radieschen hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat waschen und trocken schleudern. Essig und 2 EL Öl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und den Salat damit marinieren.

**3** Aus dem Crêpesteig im übrigen erhitzten Öl 8 dünne Crêpes backen, die Crêpes zusammenfalten und mit dem Salat und dem Radieschen-Dip servieren.



# Impressum

Instagram: @foodkissofficial

VERLAG:  
Klambt-Verlag GmbH & Co. KG  
Im Neudeck 1, 67346 Speyer

Geschäftsführung:  
Kai Rose, Nicole Schumacher

Chefredakteurin:  
Britta Dewi

Layout:  
Gudrun Merkel

Bildredaktion:  
Rachel Kaltenecker (Ltg.)

Assistenz: Silke Pflüger

Rezeptprüfung + Text:  
Dorothee Schaller, Sindy Müller

Rezepte & Foodbilder:  
FOODkiss

Head of Operation & Finance:  
Rachel Kaltenecker

Head of Production & Creative:  
Britta Dewi

[www.foodkiss.de](http://www.foodkiss.de)

Tel. 07221/350 10

Textbearbeitung:  
FOODkiss

Digitale Bildbearbeitung:  
Klambt PIXELcircus  
Markus Riether (Ltg.)

Vertrieb:  
Klambt-Verlag GmbH & Co. KG

Vertriebsleitung:  
Markus Klei (Ltg.)

Tel. 06232/31 00

Fotos: Titel: iStock/Nikada, FOODkiss (3), Fotos: FOODkiss (24),  
AdobeStock (4)/Anton Gvozdikov/Ekaterina Pokrovsky/Freesurf/  
Valery Bareta, Dreamstime.com/Bogdan, iStock (6)/bbsferrari/  
Evgeny Sergeev/Janoka82/Konstanttin/no\_limit\_pictures/Xantana,  
Shutterstock/Gaspar Janosdtext

FOODkiss  
Kulinaria

erscheint exklusiv bei READLY  
© by Klambt-Verlag GmbH & Co. KG

Alle Rechte vorbehalten. Insbesondere dürfen Nachdruck,  
Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Daten-  
träger wie CD, DVD u. Ä. nur nach vorheriger schriftlicher Genehmigung  
des Verlags erfolgen. Der Verlag haftet nicht für unverlangt eingesandte  
Manuskripte, Fotos oder sonstige Unterlagen.

*„Gibt es etwas himmlischeres als  
ein leckeres Croissant in einem  
französischen Straßencafé?“*

*„Wer Kunst liebt, muss den  
inspirierenden Pariser Stadtteil  
Montmatre einfach lieben!“*

*„Meine Lieblingsvorspeise ist  
eine zünftige Zwiebelsuppe, da  
kann ich nicht widerstehen.“*

*„Bei einem Straßburg-Besuch  
mache ich gern eine Bootstour  
auf den Ill-Kanälen – herrlich!“*

**+++ Die nächste Ausgabe von Kulinaria „Mexiko“ erscheint am 07.10.2023 +++**





Klicken Sie sich durch:

FOOD  
kiss

## Die große Vielfalt an Rezept-Zeitschriften

Foodkiss



FOODkiss Liebes Land Ready Exclu...  
Essen & Trinken



FOODkiss Total Lecker Ready Exclu...  
Essen & Trinken



FOODkiss Liebes Land KOCHLÖFFE...  
Essen & Trinken



FOODkiss „Essen ist fertig“ Ready E...  
Essen & Trinken