

GUSTO



ALLE ZEICHEN AUF
GENUSS

LIEBLINGNUDELN
KNUSPRIGES
TAFELSPITZ
VANILLE
KÜRBIS
POMMES

Mehr Dolce für dein Vita!

The image features two tubs of **nōm Cremix** yogurt. The left tub is labeled "TOPFENCREME STRACCIATELLA" and contains Fairtrade cocoa, indicated by a Fairtrade logo and the word "COCOA". The right tub is labeled "TOPFENCREME VANILLE" and contains Fairtrade Bourbon Vanilla, indicated by a Fairtrade logo and the words "Mit echter Bourbon Vanille!". Both tubs have a red base with yellow flowers and white cream splatters. Spoons are shown dipping into each tub, revealing the creamy texture. A single yellow flower is shown next to the vanilla tub.

FAIRTRADE COCOA

QR code with arrow pointing to it: Kuh-R-Code scannen!

nōm
Bleib frisch.



Foto: Dieter Brasch

Melisa, Barbara,
Susanne, Kerstin,
Dominik & Wolfgang

Für welches Gericht sind Sie bei Ihren Freunden und Ihrer Familie bekannt? So sehr, dass in regelmäßigen Abständen eingefordert wird, es müsse wieder einmal gekocht werden? Bei Seminarbäuerin Elisabeth Lust-Sauberer sind es überbackene Palatschinken, die sie je nach Jahreszeit, Kühlschränkinhalt und Gusto variiert (S. 46). Bei unserer Gastgeberin des Monats, der Winzerin Dorli Muhr, ist es wiederum ein Schokoladekuchen, dessen Rezept sie aus Portugal mitgebracht hat. „Manche Freunde rufen vor einer Einladung an, um sicher zu gehen, dass es ihn eh sicher geben wird. Meist ist er schon weggegessen, bevor das eigentliche Dessert kommt.“ Lust bekommen? Auf S. 38 erzählt sie, wie er gemacht wird!

Einen Klassiker aus dem süßen Repertoire unserer Rezeptautorin Charlotte Cerny haben Sie bereits am Cover der aktuellen Ausgabe entdeckt. Nach dem Shooting mussten wir das Rezept für den saftigen Birnen-Pignolikuchen (S. 52) so vielen testessenden Kolleginnen und Kollegen vorab verraten (sie konnten und wollten einfach nicht auf das neue Heft warten), dass wir wussten: Der ist ein Hit!

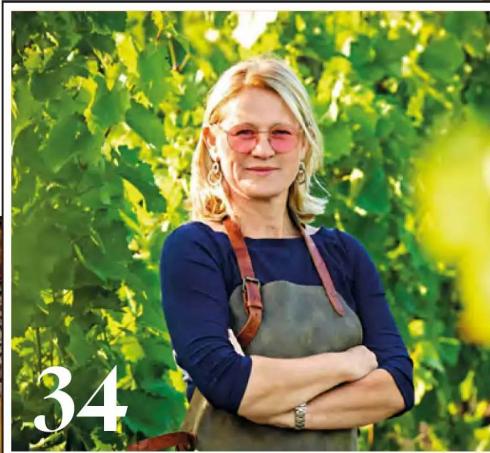
Bei meiner Kollegin Melisa Hadzic ist das mit Abstand beliebteste Rezept ihre zum Niederbrechen köstliche Pasta Puttanesca. Mindestens zwei Mal im Monat steht diese bei ihrer Familie am Tisch. Von dem Rezept (zu sehen auf S. 64) ist sie so überzeugt, dass sie nicht davor zurückschreckte, mit einem der erfolgreichsten österreichischen Musiker der Gegenwart einen kleinen Pasta-Wettkampf anzuzetteln. Seine Puttanesca, die sie auf Instagram gesehen hatte, wäre fürchterlich (weshalb wir ihn jetzt hier auch nicht namentlich erwähnen) und er müsse ihr Rezept probieren, erzählte sie ihm selbstbewusst bei einem Event im Sommer. Mal sehen, ob er Wort hält und ihre Version wirklich probiert. Randnotiz: Es könnte sein, dass dieses Pasta-Duell der wahre Grund dafür ist, dass wir Ihnen im aktuellen Heft die Lieblingsnudelrezepte der Redaktion präsentieren. Sie haben dafür sicher Verständnis, schließlich geht es um die Ehre ☺ Wir halten Sie auf dem Laufenden!

Bis dahin viel Freude beim Lesen des neuen GUSTO und beim Probieren der vielen wunderbaren Köstlichkeiten, die der Oktober zu bieten hat!

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

Inhalt

Coverfoto: Barbara Steff



24

14 Kürbis für den Feierabend

- 14 Kürbis-Traybake mit Salsiccia-Bällchen
- 16 Kürbis-Polenta mit knusprigem Zander
- 18 Kürbis-Chili

24 Teiglieblinge mit Twist

- 24 Brioche Suisse
- 26 Schnelle Frühstück-Blätterteig-Tarts
- 28 Jalapeño-Popper-Zupfbrot
- 30 Cinnamon-Swirl-Apple-Pie
- 32 Flammkuchen mit Thymian-Frischkäse und Roten Rüben

34 Einblicke: Dorli Muhr

- 38 Dorli Muhrs beliebter Schokokuchen

40 Backen wie im Burgenland

Burgenland-Kipferl

44 Bauernküche

- 44 Lauchtorte mit würzigem Käse
- 46 Überbackene Spinatpalatschinken
- 48 Wildragout mit Erdäpfelkroketten
- 50 Erdäpfelsterz mit Eierspeis

52 Birnen, von simpel bis anspruchsvoll

- 52 Birnen-Pignolikuchen
- 54 Birnen-Obers-Torte
- 56 Herbstliches Trifle mit Birnen

58 Klassiker im Oktober

Tafelspitz

62 Der WOW-Faktor

Mini-Buchteln mit Schokocreme

64 Lieblingsrezepte der Redaktion: Nudeln

- 64 Pasta Puttanesca
- 66 Cremige One-Pot-Pasta mit Brokkoli
- 68 Grammeltascherl auf Gabelkraut
- 70 Kürbis-Nudelpfanne mit Selchfleisch

46

64



82

74 Die besten Pommes

78 Kleine Kuchenstars

Reisfleisch mit Erbsen

82 Knusprig japanisch

84 Dirty Wings

86 Katsu Sando

88 Crispy Spicy Salmon Roll, Chilimayonnaise,
Sushireis, Tempurateig

90 Fake Calamari

92 Verliebt in Vanille

92 Crème-Brûlée-Schnitte

94 Saftiger Rührkuchen mit brauner Vanillebutter

96 Kardinalschnitte mit Vanillecreme

Standards

3 Editorial

6 Deshalb lieben wir den Oktober

12 Urlaubsträume – Gewinnspiel

42 Produkttest: Haferdrinks

98 Tischgespräch

Noch mehr GUSTO

Homepage

GUSTO.at

Social Media

Facebook: @gustomagazin

Facebook-Gruppe: Wir sind GUSTO

Instagram: @gusto_magazin

Newsletter

GUSTO.at/newsletter

Impressum

ADRESSE DER REDAKTION: 1020 Wien, Taborstraße 1–3

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

HERAUSGEBER: Wolfgang Schütter

CHEFREDAKTION: Mag. Susanne Jelinek

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

GRAFIK: Dominik Roitner (AD), Lubomir Tzolov

MITARBEITER DIESER AUSGABE: Charlotte Černy

FOTOGRAFEN: Dieter Brasch, Barbara Ster, Art copyright VBK

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

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

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

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

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

GENERALBEVOLLMÄCHTIGTER: Dietmar Zikulinig

HEAD OF SALES: Klaus Edelhofer

INTERNATIONAL SALES: Mag. Neslihan Bilgin-Kara

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

CONTROLLING: Nikola Stefanelli

PRODUKTION: Günter Tscherñitz (Ltg.), Sibylle Bauer

ANZEIGENPRODUKTION: Günter Tscherñitz (Ltg.)

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

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

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

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

Deshalb lieben wir den Oktober

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

JRE Chef's Roulette

SPITZENKÖCHE TAUSCHEN RESTAURANTS

Surprise, surprise – lautet das Motto am 4. Oktober 2023 in mehr als 45 Spitzenlokalen in Österreich, der Schweiz, Deutschland und Slowenien. An diesem Abend tauschen 142 Gault-Millau-Hauben ihre Restaurants, darunter vier „Gault Millau-Köche des Jahres“. Mit dabei sind Gault Millau Koch des Jahres 2023, Lukas Nagl (Bootshaus im Das Traunsee), Josef Steffner (Mesnerhaus), Vitus Winkler (Sonnhof), Andreas Döllerer (Döllerers Genusswelten), Josef Mühlmann (Gannerhof), Hubert Wallner (Gourmetrestaurant Hubert Wallner), Thomas Dorfer (Landhaus Bacher)

und Richard Rauch (Geschwister Rauch). Wer wo kocht wurde ausgelost und bleibt bis zum 4. Oktober streng geheim. **So funktioniert's:** Man kauft für diesen Abend in einem der teilnehmenden JRE-Restaurants ein Ticket, weiß aber nicht, wer dort kocht. *Der Preis von € 165,- beinhaltet Aperitif, 5-Gang-Gourmetmenü, Weinbegleitung, Mineralwasser und Kaffee.*

www.jre.at



Foto: Marc Sticker

Biodynamisch & nachhaltig

WINZERIN-TIPP

Birgit Braunstein, dieser Name ist in der österreichischen Weinszene bekannt. Die Winzerin aus Purbach am Neusiedlersee widmet sich bereits seit 20 Jahren dem biodynamischen Weinbau, bei ihr steht ein stabiles und nachhaltiges Ökosystem an erster Stelle. Ihre Philosophie: Mit Natur, Mensch und Tier im Einklang zu leben, dabei werden Nachhaltigkeit und Naturverbundenheit groß geschrieben. Auf 22 Hektar bewirtschaftet sie Demeterzertifizierte Weingärten, die von ihr als wahre Biotope der Artenvielfalt gepflegt werden. Dafür erhält sie eine Green Care-Zertifizierung in der Kategorie Gartenhof, als erster Betrieb im Burgenland und als zweiter österreichweit. Als Wegbereiterin des biodynamischen Weinbaus setzt sie sich unermüdlich für einen respektvollen Umgang mit der Umwelt ein. Die Natur belohnt sie mit großartigen und ausdrucksstarken Weinen. Sie gehören zum Besten, was das Burgenland zu bieten hat. Zudem ermöglicht sie auf



Foto: Tibor Rauch

FAMILIENWEINGUT BRAUNSTEIN

Hauptgasse 16, 7083 Purbach

www.weingut-braunstein.at

ihrem Familienweingut perfekte Bedingungen für erholende Tage. Ihr Angebot umfasst Gesundheits-Erlebnistage, Weinverkostungen, Wohlfühlstunden, Gesundheitsspaziergänge sowie Achtsamkeits- und Wahrnehmungsübungen.



DIE WILDE SEITE DES BURGENLANDS

Bricht die Wild-Saison an, tritt eine Frage in den Vordergrund: Welchen Wein wählt man zu den herbstlichen Gaumenfreuden? Die essenziellen Entscheidungshilfen sind die Zutaten, die das Gericht bestimmen, und welche Aromen der Speisenbegleiter hervorheben soll. Im Idealfall denkt der Koch schon bei der Zubereitung an die Weinbegleitung. Zum Glück lässt sich bei der vielfältigen Palette der burgenländischen Weine aus dem Vollen schöpfen.

WEISSER BEGLEITER

Weißwein kann zum Wild eine sehr gute Figur machen – er sollte allerdings körperreicher ausfallen. Ein weißer Leithaberg DAC, etwa aus Weißburgunder oder Grünem Veltliner, fällt mineralisch-kräftig genug aus, um ein feines Hirschragout perfekt zu ergänzen. Wild mit einer cremigen Beilage, wie etwa einer samtigen Pilzsauce, verlangt nach einem ebenso cremigen Weintyp, etwa einem gereiften Chardonnay aus dem Burgenland.

ROTER CHARMEUR

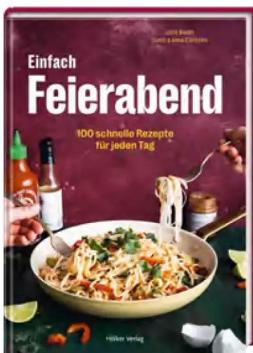
Rotwein gilt als klassischer Partner von Wildgerichten aller Art, trotzdem darf bei der Wahl sorgfältig selektiert werden: Zartes Fleisch verlangt nach feinkörnigem Tannin, herzhaftere Wildgerichte mit würzigen Aromen vertragen kräftigere Weine. Als Neusiedler See DAC Reserve erweist sich ein vielschichtig-fruchtiger Zweigelt als sehr guter Partner zu dunklen Saucen und mürbem Filet. Ein körperreicher Blaufränkisch als Mittelburgenland DAC harmoniert mit geschmacksintensiveren Speisen wie Wildragout und Hirschbraten. Ein fruchtiger Blaufränkisch als Eisenberg DAC ergänzt auch wunderbar Rotkraut und glacierte Maroni.



Neu im Bücherregal

KÖSTLICHES FÜR DEN FEIERABEND

Was wollen wir denn heute essen? Keine Frage wird wohl öfter gestellt als jene nach der kulinarischen Belohnung für einen langen Tag. Julia Bauer und Sandra Anna Christen haben sich dazu einiges überlegt und verraten in „Einfach Feierabend“ 100 flotte Rezepte, deren Zutaten günstig und leicht zu bekommen sind. Besonders praktisch sind die vielen Variationstipps und Ideen für die Resteverwertung. Ein Kapitel hat es GUSTO speziell angetan: jenes mit Saucen, Gewürzmischungen & Co., die man vorproduzieren kann und die schnelles Kochen einfach machen.



Einfach Feierabend
J. Bauer, S. A. Christen
Hölker Verlag, € 23,50



Foto: Annalena Bokmeier

Rezepttipp aus „Einfach Feierabend“:

Fisch mit Brezn-„Bordelaise“

4 PORTIONEN

- 125 g sehr weiche Butter
1 TL Knoblauchpulver (oder frischer Knoblauch, gehackt)
50 gemischte TK-Kräuter (oder 1 Bund frische Kräuter nach Geschmack)
Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
1 Laugenbrezel (gerne auch altbacken vom Vortag)
1 Bio-Zitrone (oder Abrieb von 1 Bio-Zitrone)
4 Kabeljaufilets (oder Lachsfilets, nach Belieben frisch oder TK)

- 1 Die Butter in eine Schüssel geben. Mit einer Gabel zerdrücken, Knoblauch und Kräuter zugeben und untermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Laugenbrezel in dünne Scheiben oder kleine Stücke schneiden oder zupfen und zur Buttermischung geben.
- 2 Wer Zeit für einen weiteren Arbeitsschritt hat, kann für eine frische Note noch die Zitrone abreiben und den Abrieb zugeben. Geht schneller und ist ebenso lecker: Die Zitrone heiß abspülen, trocken reiben und in Scheiben schneiden, später dann mit dem Fisch in den Ofen geben. Für die Butterkruste alles am besten direkt mit der Hand vermengen, bis eine kompakte Masse entstanden ist. Noch mal prüfen, ob die Würzung stimmt, falls nicht, nachwürzen.
- 3 Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen oder eine Auflaufform leicht mit Öl fetten. Die Fischfilets direkt auf das Blech oder in die Form legen und von beiden Seiten leicht mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zitronenscheiben nach Belieben dazwischenlegen.
- 4 Mit der Hand oder mit einem Löffel den Fisch ca. 0,5 Zentimeter hoch mit Brezelkruste belegen. Das Filet sollte auf der Oberseite komplett mit Kruste bedeckt sein. Das Blech oder die Form auf mittlerer Schiene in den Ofen schieben und 15–20 Minuten goldbraun backen oder bis alles ordentlich brutzelt und einen köstlichen Duft verströmt.

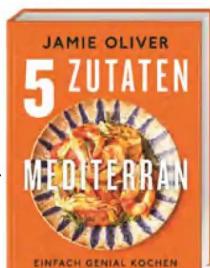
TIPPS

Die Butterkruste hält sich mindestens 4 Wochen im Kühlschrank. Auch einfrieren geht easy: In einen großen Gefrierbeutel und mit den Händen ca. einen Zentimeter flachdrücken. Etwas herzhafter schmeckt die Kruste mit Speckwürfchen oder getrockneten Tomaten. Achtung: Damit dieses Rezept gut funktioniert und auch flott geht, muss die Butter unbedingt ganz weich sein. Deshalb: Falls Sie gut vorbereitet sind, nehmen Sie sie am Morgen vor der Arbeit gleich aus dem Kühlschrank, falls nicht: Sie können sie beim Vorheizen des Ofens auch kurz mit reinstellen.

Noch mehr Inspiration für den Feierabend

NEUE IDEEN MIT NUR FÜNF ZUTATEN

Das Kochbuch „Jamies 5-Zutaten-Küche“ aus 2017 war das kommerziell erfolgreichste Kochbuch von Jamie Oliver. Die Fans des Küchenstars fanden das Buch so praktisch, dass sie sich seither eine Fortsetzung wünschten. Die ist nun endlich da: In „5 Zutaten mediterran“ finden sich über 125 stressfreie Rezepte für die tägliche Küche. Kurze Zubereitungszeiten, keine riesigen Abwaschberge, dafür ein wahres Fest der mediterranen Aromen und Zutaten. Interessant: 65 Prozent der Rezepte sind fleischfrei oder fleischreduziert und sollen Hobbyköche, die zwar gerne Fleisch essen, ihren Verbrauch aber reduzieren möchten, vollends glücklich und satt machen. GUSTOs Lieblingsrezept: die Maroni-Carbonara mit cremigem Pecorino!

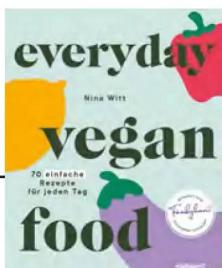


5 Zutaten mediterran

Jamie Oliver
DK Verlag, € 31,50

EINFACH PFLANZLICH KOCHEN

Die vegane Küche hat sich in den letzten Jahren massiv zum Positiven entwickelt und interessiert mittlerweile auch Menschen, die gar nicht rein vegan leben. Der eine oder andere pflanzliche Tag tut eben allen gut. Inspiration dafür liefert die Rezeptentwicklerin Nina Witt, die als „Foodykani“ auf Instagram erfolgreich ist. In „Everyday Vegan Food“ zeigt sie 70 unkomplizierte Alltagsgerichte, die ohne Schnickschnack schnell zubereitet werden können. Die Zutaten sind zu 90 Prozent in herkömmlichen Supermärkten erhältlich. Praktisch für alle, die ihre Feierabendküche etwas organischer angehen wollen: Im Meal-Prep-Spezialteil gibt es viel Inspiration für Gerichte, die sich wunderbar vorbereiten und kombinieren lassen. Ebenfalls empfehlenswert: die veganen Backkreationen aus Witts Küche.



Everyday Vegan Food

Nina Witt
Südwest, € 24,70

ONE PAN STATT ONE POT

Der deutsche Starkoch Christian Henze liebt es, zu Hause unkompliziert zu kochen. Sein wichtigstes Equipment dafür ist eine beschichtete Pfanne. Ob Rahmgeschnetzeltes, Kürbiseintopf mit Lachs, Butter-Chicken, Kartoffelgulasch mit Pilzen, Pita-Taler mit Honig-Bacon oder asiatischer Gemüsekuchen – knackfrische Zutaten werden auf den Punkt gebraten, gewürzt und verfeinert. Selbst Süßes wie Kokosreis mit Himbeeren, Mangokuchen mit Schokolade oder Brotauflauf mit Pflaumenmus gelingen in der Pfanne ganz einfach und wunderbar. Serviertipp von Henze: die heiße Pfanne mit einem Untersetzer auf den Tisch stellen. Das perfekte Buch, wenn es schnell gehen und außergewöhnlich schmecken soll!



Einfach in die Pfanne!

Christian Henze
Becker Joest Volk Verlag, € 30,90



Warum echte Käsespezialitäten aus Heumilch sind:



Seit Generationen werden Original Bergkäse und Original Emmentaler aus Heumilch g.T.S. und Rohmilch hergestellt. Denn Heumilch g.T.S. gilt als Spezialmilch für Käse. Nur sie besitzt die Eigenschaften, die für die natürliche Herstellung lang gereifter Käsesorten notwendig sind. Die artgemäße Fütterung der Heumilchkühe sorgt zudem für ein einzigartiges Milcharoma, das traditionelle Käsespezialitäten auszeichnet.

Mehr auf heumilch.com



*Heumilch: Ausgezeichnet als „garantiert traditionelle Spezialität“.

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Land- und Forstwirtschaft,
Regionen und Wasserwirtschaft

LE 14-20
Entwicklung des ökologischen Landbaus



Nachgekocht

von Leserinnen und Lesern gekocht und fotografiert



Karin Pepl



Silke Brunnenkant

Der Star unseres letzten Hefts war ganz klar der Mohn-Topfenkuchen mit Zwetschken! „Ich musste mich verpflichten, ihn bei der nächsten Feier wieder zu backen“, schrieb uns etwa Leserin Margit Meusburger. „Jedes Stück ein kleines Glück“, meinte Silke Brunnenkant. Rezept verpasst? Wir haben es für Sie auf GUSTO.at/mohn-zwetschken-kuchen online gestellt.



Margit Meusburger



Romana Nachbauer

Sie haben ebenfalls ein GUSTO-Rezept ausprobiert? Schicken Sie uns ein Foto davon an redaktion@gusto.at! Jedes abgedruckte Bild wird mit einem Dankeschön belohnt.

Foto: Marc Stückler



Monika und Armin Tement

Fernsehtipp für Vinophile

ÖSTERREICHISCHE WINZERLEGENDEN
IM PORTRAIT

Die Reihe Winzerlegenden wirft einen Blick hinter die Kulissen des österreichischen Spitzenweinbaus. Wie entsteht überhaupt Wein? Was unterscheidet ihn von der internationalen Massenproduktion? Folge 1 mit dem Titel „Väter“ wurde bereits ausgestrahlt (zu sehen in der ServusTV Mediathek). Andi Kollwentz, Armin und Stefan Tement und Bernhard Ott gaben Einblick in ihre Arbeit und Philosophie und sprachen über die Väter des „österreichischen Weinwunders“. In der zweiten Folge zeigen Franz Hirtzberger, Willi Bründlmayer und Dorli Muhr wie der Wein im Glas seine Herkunft zeigen kann. In der dritten Folge beschreiben Lucas Pichler, Andreas und Alexander Sattler und Christian Tschida einen modernen Weinstil und den „Kampf mit der Natur“.

Winzerlegenden

22. und 29.09. ab 21:15 Uhr auf ServusTV und ServusTV On



EINFACH. GOLD. RICHTIG.

Jetzt Sparplan mit dem
Code: Goldgusto abschließen und
25 Euro Startguthaben* sichern!



edelmetallsparer.at

*Die Aktion wird von der philoro EDELMETALLE GmbH, Währinger Straße 26, 1090 Wien durchgeführt und gilt für Neukunden bei Eröffnung eines Edelmetallsparplans bis 31.12.2023 unter edelmetallsparer.at. Teilnahmeberechtigt sind Personen ab 18 Jahren. Mit der Abbuchung der ersten Sparrate werden EUR 25 im Edelmetallgegenwert auf das Kundenkonto gebucht. Die Aktion ist nur in Verbindung mit dem Gutscheincode gültig.

Urlaubsträume

werden wahr!

GEWINNSPIEL-SPECIAL

Diesmal verlosen wir zwei tolle Packages in exklusiven Genießer- und Romantik Hotels.

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

La Maiena Meran Resort

Wandern, Mountainbiken, Golfen, Genießen – Südtirol ist die Traumdestination und das La Maiena Meran Resort das perfekte Luxus-Basecamp. Es thront zwischen Apfelplantagen und Weinbergen, umringt von imposanten Gipfeln, darunter erstrecken sich die Kurstadt Meran und das Etschtal. Das familiär geführte „Genießerhotel“ zählt auch zur elitären Vereinigung „Belvita Leading Wellnesshotels Südtirol“. Ein Highlight ist der Sensa Spa – vom 26 Meter langen Infinity Outdoor Pool und dem großzügigen Indoor Becken genießt man das traumhafte Panorama, dazu ein sensationeller Saunabereich. Den schönsten Ausblick, coole Drinks und Jacuzzi gibt's auf der adults only „Sky Terrace“ der Meran Lodge. Kulinarik und Weinkultur haben



WIR
VERLOSEN

2 Nächtigungen für
2 Personen im DZ
samt Genuss-Halbpension

GUSTO.at/
gewinnspiele

einen besonderen Stellenwert.

Spitzenkoch Matthias Wenin steht für eine exzellente alpin-mediterrane Küche mit einem Hauch Orient, seine Kreationen versprechen eine spannende

Reise durch Norditalien. Tipp: Im Herbst wird hier Törggelen zelebriert – zarter Speck, Meerrettich, Schüttelbrot dazu Südtiroler Wein und geröstete Kastanien.

Fotos: Michael Huber, MGM Trickline



BELVITA- & GENIEßERHOTEL LA MAIENA MERAN RESORT

Familie Waldner

39020 Marling bei Meran, Nörderstraße 15

www.lamaiena.it



Fotos: Romantik Hotel Zell am See, Michael Huber

Das 4-Sterne-Hotel von Familie Hörl ist eine Oase für Ruhe- und Erholungssuchende und zählt zu den traditionsreichsten Häusern von Zell am See im Salzburger Land. Die Lage inmitten der idyllischen Bergstadt ist perfekt – der Zeller See ist nahe, das Top-Skigebiet liegt vor der Hoteltüre, es gibt unzählige Wandermöglichkeiten und Radrouten. Entspannung pur verspricht der großzügige „Adults-only Emotion-Spa“, der sich über zwei Etagen erstreckt.



WIR VERLOSEN

2 Nächte für
2 Personen im DZ
samt Halbpension

GUSTO.at/
gewinnspiele

Romantik Hotel Zell am See

Großartig gibt sich die Wasserwelt, selbst bei Kälte und Schnee hat der Außenpool feine 30 Grad. Das „Romantik Hotel“ wird seinem Namen in allen Belangen gerecht, blickt es doch auf eine 500-jährige Geschichte zurück – das ganze Haus ist liebevoll renoviert, die Zimmer und Suiten sind stilvoll und gemütlich. In der Romantikstube und im Wintergarten Salettl speist man gediegen, die Küche steht für traditionelle Köstlichkeiten. Ob 4-Gänge-Menü, Bauern-, Vorspeisen- oder Dessertbuffet – Regionalität ist das Thema.

ROMANTIK HOTEL ZELL AM SEE
5700 Zell am See, Sebastian-Hörl-Straße 11
www.romantik-hotel.at

KÜRBIS

für den Feierabend

Kürbisse sind die köstlichsten Herbstboten und so wandelbar, dass wir uns an ihnen gar nicht satt essen können!

Rezepte: Charlotte Cerny Fotos: Barbara Ster

Kürbis-Traybake mit Salsiccia-Bällchen

Traybake ist das Blech-Äquivalent eines One-Pot-Gerichts. Kaum Abwasch, alles wird auf einmal gegart und es schmeckt so köstlich!

4 PORTIONEN ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

300 g frische Salsiccia
300 g frische Salsiccia (*scharf*)
2 kleine Ofen-Kürbisse (à ca. 300 g)
4 Schalotten
2 Zucchini
2 Spitzpaprika
500 g Baby-Erdäpfel

DRESSING
1 Knoblauchzehe
2 TL Rosmarinnadeln
4 EL Olivenöl
1 TL geräuchertes Paprikapulver
1 TL Chilipulver

DIP
1 Knoblauchzehe
200 g griechisches Joghurt
100 g Sauerrahm
4 EL Schnittlauchröllchen
Saft und Schale von ½ Bio-Zitrone

Salz, Pfeffer

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 2 Salsiccas schälen und das Brät verkneten. Zu kleinen Bällchen formen.
- 3 Kürbisse halbieren und die Kerne entfernen. Kürbisse in Spalten schneiden. Schalotten schälen und der Länge nach halbieren. Zucchini und Paprika putzen und in Stücke schneiden. Erdäpfel evtl. halbieren.
- 4 Gemüse und Salsiccia-Bällchen auf einem Blech verteilen.
- 5 Für das Dressing Knoblauch schälen und fein schneiden. Rosmarin hacken und mit den übrigen Zutaten verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse damit beträufeln.
- 6 Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 35 Minuten backen.
- 7 Für den Dip Knoblauch schälen und fein hacken. Mit restlichen Zutaten verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

WEINTIPP

Dazu passt ein Wiener Gemischter Satz DAC mit knackiger Säure und fruchtigen Aromen.

TIPP

Sie bekommen keine scharfe Salsiccia? Einfach das Brät mit ein wenig Chilipulver würzen!







Kürbis-Polenta mit knusprigem Zander

Diese Polenta ist ein Allrounder und kommt im Herbst immer wieder auf den Tisch. Auch zu Huhn oder Pilzen ein Gedicht!

4 PORTIONEN ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

4 Zanderfilets (à ca. 200 g)	POLENTA
1 Schalotte	1 Hokkaido-Kürbis (ca. 800 g)
1 Knoblauchzehe	600 ml Milch
2 TL Butter	2 EL Butter
1 EL Öl	2 Zweige Salbei
50 ml Weißwein	200 g Polenta
50 ml Schlagobers	100 g Parmesan (gerieben)

Salz, Pfeffer

- 1 Für die Polenta den Kürbis halbieren und die Kerne entfernen. Kürbis stückig schneiden und in einem Drittel der Milch weich kochen. Mit dem Stabmixer fein pürieren.
- 2 Die Hälfte der Butter in einem Topf aufschäumen. Salbeiblätter einlegen und knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Polenta in den Topf geben und unter Rühren kurz rösten. Restliche Milch unter Rühren zugießen und ca. 3 Minuten köcheln. Übrige Butter, Parmesan und Kürbispüree unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Polenta warm halten.
- 3 Zander trockentupfen und beidseitig mit Salz und Pfeffer würzen. Schalotte und Knoblauch schälen und fein schneiden. Die Hälfte der Butter und Öl in einer Pfanne aufschäumen. Fischfilets mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und goldbraun braten. Filets wenden, kurz fertig braten und aus der Pfanne nehmen.
- 4 Übrige Butter zugeben. Schalotte und Knoblauch goldgelb anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und reduzieren lassen. Obers zugießen und aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

WEINTIPP

Ein herrlicher Begleiter zu diesem Gericht ist herkunfts geschützter Sekt Austria Reserve oder Große Reserve.

DER FEINE FLAIR DES SÜDENS.

WÜRZIGE ANCHOVISFILETS
VON SCHENKEL



Schenkel
SEIT 1883

AUS LIEBE ZUM GUTEN ESSEN
WWW.SCHENKEL.AT



Kürbis-Chili

Am besten schon einen Tag im Voraus kochen. Das Chili schmeckt aufgewärmt ganz besonders gut!

6 PORTIONEN ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

- 1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 roter Paprika
1 Butternusskürbis (ca. 1 kg)
1 Jalapeño
4 EL Olivenöl
1 TL Chilipulver
1 TL Kreuzkümmel (*gemahlen*)
1 TL geräuchertes Paprikapulver
1 TL edelsüßes Paprikapulver
800 g Dosen-Paradeiser (*stückig*)
1 Dose Kidneybohnen (ca. 410 g)
2 Dosen weiße Bohnen (je ca. 326 g)
1 kleine Dose Mais (ca. 120 g)

- ZUM SERVIEREN**
6 TL Sauerrahm
6 EL Cheddar
(*grob geraspelt*)
2 Zweige Petersilie

Salz, Pfeffer

- 1 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden. Paprika putzen und würfeln. Kürbis schälen, halbieren und entkernen. Kürbis in Würfel schneiden.
- 2 Jalapeño fein schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel zugeben und goldgelb rösten. Knoblauch, Paprika, Kürbis und Jalapeño zugeben und ca. 3 Minuten rösten.
- 3 Gewürze untermischen. Dosen-Paradeiser zugeben. Gefäß mit einem Schuss Wasser ausschwenken und zugeben. Chili aufkochen. Bohnen und Mais in einem Sieb abtropfen lassen und zugeben. Chili ca. 40 Minuten köcheln, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 4 Mit Sauerrahm, Cheddar und Petersilie garniert servieren.

WEINTIPP

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

Kürbis aus Profi-Hand

Wie Richard Rauch bis Eveline Wild Kürbis am liebsten aufischen

RICHARD RAUCH

Geschwister Rauch

Am liebsten schmore ich Langer von Neapel mit Hokkaido (Verhältnis 2:1). Gewürzt wird mit Salz, Pfeffer, frischem Chili, Honig, Knoblauch und Zwiebeln, dann noch mit Sojasauce, Sesamöl, geröstetem Sesam und meinem Lieblingsgewürz Ras el-Hanout. Die Mischung über Nacht ziehen lassen, muss aber nicht sein. Dann im Rohr in einer Schmorpfanne je nach Menge 1 bis 2 Stunden schmoren. Eine tolle Beilage zu Rind mit genialem Sud! Püriert wird daraus kalt ein Aufstrich, warm ein Püree; mit Kokosmilch oder Gemüsefond eine Suppe, mit Kichererbsen oder weißen Bohnen Hummus. Der geschmorte Kürbis ist eine echte Multifunktionswaffe!

THOMAS DORFER

Landhaus Bacher

Meine Tochter isst gerne Kürbissuppe. Klassisch oder mit Curry, Zitronengas oder Limettenblättern. Wichtig ist, sie nicht zu überwürzen. Ich gebe beim Dämpfen immer ein bisschen Schlagobers oder Kokosmilch dazu, danach wird der weiche Kürbis püriert. Die Flüssigkeit kommt nach und nach dazu, nicht auf einmal. Der Hokkaido ist mehlig und eher trocken, daher eignet er sich toll für Kürbisgnocchi oder Püree. Kürbissorten, die mehr Wasser enthalten, schmore ich hingegen lieber in der Alufolie im Rohr, mit Salz, Thymian, Rosmarin und Olivenöl. So wie einen Ofenerdäpfel! Danach einfach mit Curry-Joghurt oder -Sauerrahm servieren.

HANS PETER FINK

Gasthaus Haberl und Fink's Delikatessen

Kürbis ist großartig variabel einsetzbar, aber ohne Würze ist er ein fader Hund. Man muss also immer schauen, dass man Würze in ein Kürbisgericht hineinbekommt. Ich backe Kürbis gerne. Zuerst wird er in Scheiben geschnitten ordentlich mit Zitronensaft, Knoblauch, frischen Kräutern und etwas Salz mariniert. Eine halbe Stunde ziehen lassen. Dann paniere ich ihn wie ein Schnitzel, gerne mit Panko-Bröseln, weil die beim Frittieren besonders knusprig werden. Wenn ich auch noch Schinken und Käse als Fülle hineingebe, ist das ausgesprochen delikat.

MANFRED BUCHINGER

Gasthaus zur Alten Schule

Beim Kürbis halte ich mich an Paul Bocuse und den Muskat-kürbis. Super Eigengeschmack! Ich mache ihn gerne in einer Marinade aus Essig, zerschlagenen Senfkörnern, Zucker und etwas Fenchelblüte an. Die Marinade wird aufgekocht, dann kommt der Kürbis rein, ab ins Glas, fertig. Und großartig wird Hokkaido, wenn man ihn mit einem Drahtwaschl rundherum grob anreibt. Dann achteln und in Schiffchen schneiden. Auf einem Blech mit Salz, Zucker und Orangenschale vermischen. Stark pfeffern und im Rohr einen Schöpfer Veltliner drüber geben. 7 bis 9 Minuten bei höchster Stufe backen, dann das Rohr abdrehen und abkühlen lassen, bis er lauwarm ist.

EDDI DIMANT

Restaurant Mochi

Im Mochi machen wir Kürbis-Tsukemono, dafür wird Hokkaido dünn heruntergehobelt und eingelegt. In Japan isst man das unter anderem zu Reis. Ich verarbeite ihn auch gerne zu Kabocha Korokke: Das sind knusprige Kürbis-Kroketten. Dafür wird Kürbis in gestampfter Form in einer Panko-Panade herausgebacken. Dazu gibt es eine Yuzu-Estragon-Mayonnaise. Oder man schneidet ihn in dünne Scheiben, zieht ihn roh durch einen Tempurateig und backt ihn heraus. Dann mit Matcha-Salz bestreuen. Letzteres ist in Japan sehr gängig zu Tempura. Einfach Salz mit Matchapulver versetzen, das ergibt eine schöne Bitternote, die gut zu Gebackenem passt.

EVELINE WILD

Der Wilde Eder

Was mich ehrlicherweise viel glücklicher als das Gemüse selbst macht, sind Kürbiskernöl und Kürbiskerne. Beides verwende ich gerne in der süßen Küche! Aus Kürbiskernen mache ich zum Beispiel einen Krokant, auch Nougat lässt sich damit herstellen. Der wunderschöne erdige Geschmack kommt in Desserts wahnsinnig gut rüber, weil diese immer eine Basis- und eine Kopfnote brauchen. Nachspeisen mit Zwetschken sind ein optimales Beispiel: Die saure Zwetschke braucht einfach eine erdige Basisnote. Da ist Kürbiskernöl eine unheimlich gute Wahl.

Steirische Toskana

WUNDERSCHÖN. Wo sich Weinberge bis zum Horizont erstrecken, Zypressen für mediterranes Flair sorgen und herrliche Kulinarik den Gaumen erfreut, ist Genuss zuhause. Und den „erfährt“ man auch elektrisch.



Die Südsteiermark mit ihren weinbewachsene Hügeln, die sanfte Linien auf den Horizont malen, löst unter Genussreisenden nicht nur ob ihrer Optik Begeisterungsstürme aus. Mit jedem Kilometer, den man ihr nähert kommt, lässt man Hektik und Alltag nämlich weit hinter sich. Während wir im elektrischen VW ID.5 lautlos durch die Natur gleiten und goldenes Herbst-

licht durch die geöffneten Fenster fällt, fühlen wir uns ein bisschen wie in einer Filmkulisse. Das hier könnte genauso gut die Toskana sein. Die vielen Hügel sind aber nicht nur optisch schön. Sie bringen auch einen Vorteil für alle mit, die elektrisch unterwegs sind: Beim Bergabfahren lädt sich durch die Bremskraftrückgewinnung der Akku des Elektroautos immer wieder auf.



Die besten Adressen in der Südsteiermark

Ölmühle Hartlieb
hartlieb.at

Burg Deutschlandsberg
burg-deutschlandsberg.at

Gasthof Mauthner
kirchenwirt-wies.at

Hotel Fräulein Leni
frauelein-leni.com

Buschenschank Tinnauer
tinnauer.comwin

Weingut Hannes Sabathi
hannessabathi.at

Auf der Ölspur

Zunächst geht es aber noch vorbei an zahlreichen Kürbisfeldern. Bevor der steirische Ölkürbis zwischen Ende September und Ende Oktober geerntet wird, um aus ihm das legendäre Kürbiskernöl – oft liebevoll „grünes Gold“ genannt – zu machen, liegen die Beeren noch eher unscheinbar und von Blättern bedeckt auf den Feldern. Etwa 35 Stück benötigt man später, um rund 2,5 Kilo Kürbiskerne zu ernten.

Nachdem diese getrocknet, vermahlen und mit Salz und Wasser verknetet wurden, geht es ab in die Röstpflanne. Dort verdampft das Wasser aus dem Brei. Aus ihm wird im letzten Schritt das grünschwarze Öl gepresst. Obwohl sich viele Einheimische ein Leben ohne Kürbiskernöl nicht vorstellen können, gibt es die Köstlichkeit noch gar nicht so lang. Denn der Kürbis wächst in der Steiermark erst seit 150 Jahren. Man schätzt ihn nicht nur als „Ölquelle“, sondern auch als Zutat für Pesto oder als Grundlage für Speisen wie gefüllte Kürbisblüten oder Suppe.



Kürbisfans sollten unbedingt einen Abstecher auf die „Ölspur“ machen. Dabei handelt es sich um einen Zusammenschluss von 15 Gemeinden im südsteirischen Bezirk Deutschlandsberg. Neun Ölmühlen, 23 Wirs und 25 Bauern haben sich hier ganz im Zeichen des „Plutzers“ zusammengetan. Sie alle öffnen gerne ihre Türen für den ein oder anderen kulinarischen Zwischenstopp. Die Ölmühle Hartlieb in Heimschuh verfügt beispielsweise neben einem Shop auch über ein Museum. Die bodenständigen Wirtshäuser, schönen Gasthöfe und Gourmetrestaurants, die ebenfalls zur „Steirischen Ölspur“ gehören, bieten Köstlichkeiten auf Basis des „grünen Golds“. Wer Genuss mit Kultur verbinden möchte, kann beim Ölspur-Wirt der Burg Deutschlandsberg auf Zwei-Hauben-Niveau genießen. In Wies lockt der Gasthof Mauthner, auch bekannt als „Kirchenwirt“ schon seit Generationen traditionsverbunden und mit heimischen Produkten. >>



Den Abend lässt man entweder an der Hotelbar oder am eigenen Balkon bei einem Fläschchen Wein und mit Blick in den Sternenhimmel ausklingen. Dann hat man auch nicht mehr so weit nach Hause.

Postkartenmotive

Ein Stück weiter beginnt sie dann schon: die Südsteirische Weinstraße, die wahrscheinlich bekannteste ihrer Art. Sie verbindet entzückende Ortschaften miteinander, etwa Ehrenhausen, Stainz, Klöch und Gamlitz. Die Hügel werden höher und steiler mit bis zu 26 Prozent Gefälle, und überzogen von Weinrieden wirken sie wie gemalt. Vor allem rund um Gamlitz hat man das Gefühl, direkt in die Toskana gelangt zu sein. Tatsächlich liegt die Südsteiermark im Einflussgebiet des Mittelmeers, was im Herbst für angenehm mildes Klima sorgt. Das mögen nicht nur die Weintrauben, das lieben auch die Besucher. Sie kommen unter anderem, um die Köstlichkeiten der Buschenschankbetriebe zu genießen. Dass man sich da lieber eine Unterkunft sucht, statt nochmal ins Auto zu steigen, ist klar. Auch wir bleiben daher übers Wochenende. Unser „Hideaway in den Hügeln“ trägt den bezaubernden Namen „Hotel Fräulein Leni.“

Erst vor Kurzem eröffnet, lässt es die Träume aller Südsteiermark-Fans wahr werden. Denn die Liebe zum Detail, die man hier in die Ausstattung der nur 21 Zimmer gesteckt hat, setzt sich auch im Rest des Hauses fort.

So gibt es am Infinitypool nicht nur einen Blick, der jede Postkarte vor Neid erblassen ließe, sondern auch einen „Honesty Kühlshrank“, aus dem sich die Gäste (unter anderem mit hervorragendem Wein) zu überaus fairen Preisen bedienen können. Beim Frühstück und Abendessen auf der weitläufigen Terrasse übertrumpft die Qualität auf den Tellern sogar das Panorama.

Romantik zwischen den Reben

Unser Elektroauto lassen wir hier direkt vor der Tür stehen. Es lädt während unseres Aufenthalts ebenso seine Batterien auf, wie wir das tun. Wir steigen in der Zwischenzeit auf die Elektroräder des Hotels um oder machen uns einfach zu Fuß auf den Weg zu einem der zahlreichen Buschenschanken in der Umgebung. Unsere Wahl fällt auf das Weingut Tinnauer am Rebkogl. Hier könnten wir auf der Terrasse essen. Es gibt aber eine romantischere Variante: das Picknick in den Weinbergen. An der Theke wählen wir aus, worauf wir Lust haben. Neben hausgemachtem Brot packt man uns steirische Käferbohnen, Rohschinken, Tomaten, Radieschen, Gurken, hausgemachte Salami und Rohwürste in eine Picknickkiste.



An der **Rebkogl Hütte** wählt man einfach aus, worauf man Lust hat. Mit dem gefüllten Picknick-Kistl geht es dann zu einem lauschigen Plätzchen in den Weingarten. **Tipp:** Bargeld mitnehmen!

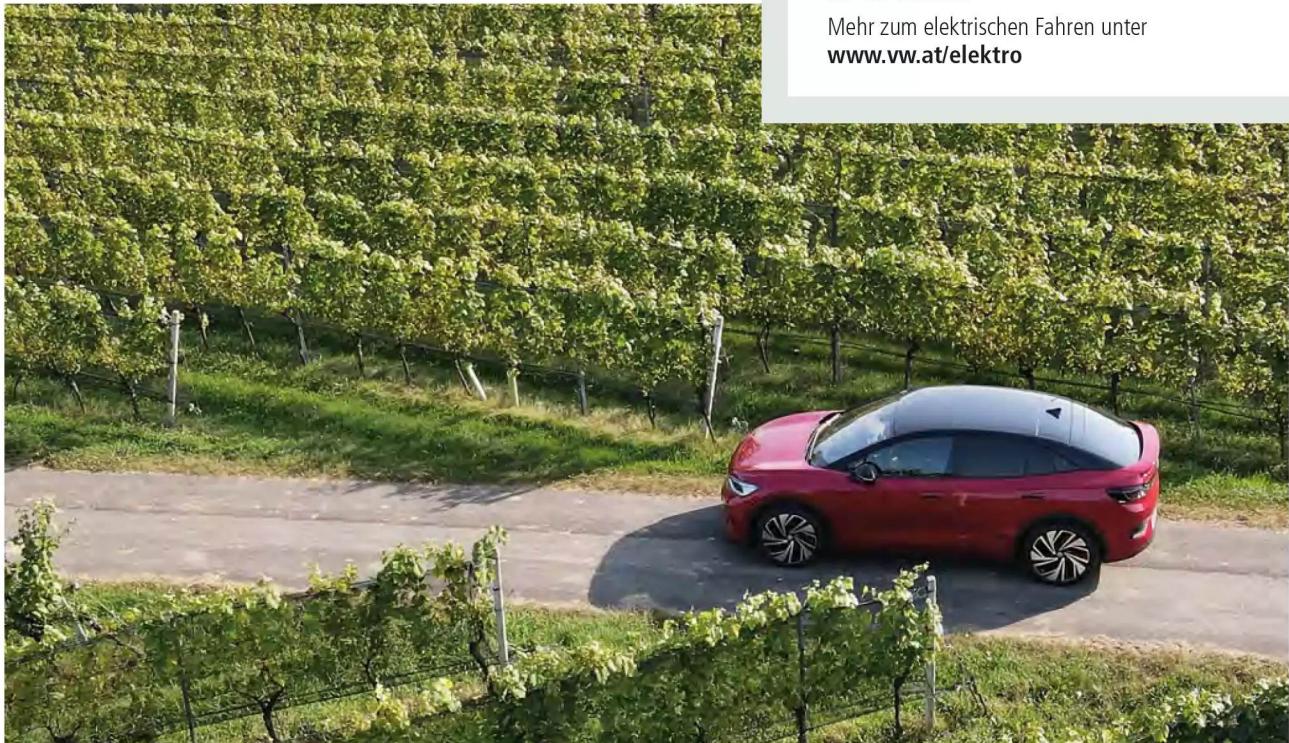
Dazu gibt's ein Fläschchen Grauburgunder, Gläser und Besteck. Wir dürfen uns mitten im Weingarten ein lauschiges Plätzchen suchen. Während die Sonne langsam hinter den Hügeln verschwindet und sich die Gläser leeren, beschließen wir, ganz bald wiederzukommen. Denn die Südsteirer haben ein Herz aus (grünem) Gold und uns mit Gastfreundschaft und Genuss verzückt. Ein Stückchen davon wollen wir mit nach Hause nehmen, weshalb wir uns vor der Heimfahrt am nächsten Tag noch beim nahegelegenen Shop von Hannes Sabathi mit Regions-, Gebiets-, Ort- und Riedenweinen eindecken. Gut, dass unser VW ID.5 über einen so großen Kofferraum verfügt. <<



„Elektrischer“ Tipp!

Wir waren mit einem **VW ID.5 GTX 4MOTION** unterwegs, einem Auto, das elektrischen Fahrspaß mit modernem Design und komfortabler Ausstattung kombiniert. „Reichweitenpanik“ hatten wir nie, denn die meisten Betriebe, etwa Buschenschanken, Hotels und Gasthöfe, verfügen über praktische Ladestationen. Und die befinden sich meistens in Poleposition direkt vor der Haustür.

Mehr zum elektrischen Fahren unter
www.vw.at/elektro



TEI



GLIEBLINGE MIT TWIST

Ob süß oder pikant: Hauptsache Comfort Food! Wir starten den Herbst mit einer Reihe raffinierter Köstlichkeiten, die dank Fertigteigen unkompliziert gemacht sind, dabei aber mit spannenden Twists überraschen. Da kann sich auch mal ganz spontaner Besuch anmelden!

Rezepte: Charlotte Cerny
Fotos: Barbara Ster

BRIOCHE SUISSE

6 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

1 Pkg. Butter-Croissant- & Plunderteig (400 g)

1 Hand voll Chocolate Chips

1 Dotter

1 EL Schlagobers

VANILLECREME

250 ml Milch

100 g Kristallzucker

2 Dotter

30 g Maisstärke

Mark aus 2 Vanilleschoten

1 Für die Vanillecreme Milch und Kristallzucker aufkochen. Dotter mit Maisstärke und Vanillemark glatt rühren. Heiße Milch unter ständigem Rühren langsam in die Dottermasse gießen. Dottermilch wieder in den Topf zurückleeren und bei mittlerer Hitze weiterrühren, bis die Masse eindickt. Vanillecreme vom Herd nehmen, mit Frischhaltefolie abdecken und auskühlen lassen.

2 Rohr auf 180 °C Umluft vorheizen. Teig auf einem Backblech mit Backpapier ausrollen.

3 Die obere Teighälfte mit der kalten Vanillecreme bestreichen und die Chocolate Chips darauf verteilen. Die untere Teighälfte nach oben klappen. In 6 Stücke schneiden.

4 Dotter und Obers verrühren und die Brioches damit bestreichen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten goldbraun backen.

SCHNELLE FRÜHSTÜCK- BLÄTTERTEIG- TARTS

24 STÜCK

ZUBEREITUNG: ca. 35 Minuten

2 Pkg. Butter-Blätterteig (*je 280 g*)
2 EL Mayonnaise
8 Scheiben geräucherter Beinschinken
1 Hand voll Spinat
8 Scheiben Gouda
2 hart gekochte Eier (*gehackt*)
2 EL Ajvar
1 Dotter
1 EL Schlagobers
1 TL Kümmel

Salz, Pfeffer

- 1 Rohr auf 180 °C Umluft vorheizen.
- 2 Einen Teig auf einem Backblech mit dem Backpapier ausrollen. Mit Mayonnaise bestreichen. Schinken, Spinat, Gouda und Eier darauf verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den zweiten Teig aufrollen und mit Ajvar bestreichen. Mit der bestrichenen Seite nach unten auf den anderen Teig legen.
- 3 Dotter und Obers verrühren und den Teig damit bestreichen. Mit Kümmel bestreuen. Teig der Länge nach in 4 Streifen und in der Breite in 6 Streifen schneiden, sodass 24 Rechtecke entstehen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 25 Minuten goldbraun backen. Noch warm genießen.

TIPP

Die Tarts kann man wunderbar am Vortag vorbereiten, im Kühlschrank lagern und am nächsten Tag in der Früh frisch backen.



**TANTE FANNY FRISCHER
100% BUTTER-BLÄTTERTEIG**

Ein Allrounder unter den Frischteigen ist der frische Butter-Blätterteig von Tante Fanny. Er punktet dabei mit 100 % feiner Butter und einem vielseitig verwendbaren, rechteckigen Format. Es gelingen sowohl süße als auch herzhafte Gerichte im Handumdrehen. Einfach Teig ausrollen und loslegen. So bleibt mehr Zeit zum Genießen. Tante Fanny – *Fannytastisch einfach!*







JALAPEÑO- POPPER- ZUPFBROT

10 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

20 MINUTEN ZUM AUSKÜHLEN

2 Knoblauchzehen
4 Jalapeños
80 g Frühstücksspeckstreifen
265 g Doppelrahm-Frischkäse
100 g Cheddar (*gerieben*)
2 Pkg. Blech-Pizzateig (*je 400 g*)

—
Salz, Butter

TIPP

Das Einschichten der Teig-Rechtecke funktioniert einfacher, wenn Sie die Kastenform vertikal aufstellen.

- 1 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kastenform (25 x 11 x 7 cm) mit Butter ausstreichen.
- 2 Knoblauch schälen und fein hacken. Jalapeños klein schneiden. Speckstreifen in einer trockenen Pfanne beidseitig knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
- 3 Speck zerbröseln und mit Frischkäse, Cheddar, Jalapeños und Knoblauch verrühren. Mit Salz abschmecken.
- 4 Teig mit dem Backpapier ausrollen und mit der Käse-Speck-Mischung bestreichen. Teig der Länge nach in 3 Streifen und in der Breite in 4 Streifen schneiden, sodass 12 Rechtecke entstehen. In die Kastenform schlachten. Teigrechtecke ein wenig auseinanderzupfen.
- 5 Im Rohr (2. Schiene von unten / Gitterrost) ca. 45 Minuten goldbraun backen.
- 6 Herausnehmen und ca. 20 Minuten abkühlen lassen. Aus der Form lösen und servieren.

CINNAMON-SWIRL-APPLE-PIE

12 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 1 ½ Stunden

100 g Butter
80 g brauner Zucker
1 TL Zimt
2 Pkg. süßer Mürbteig (*jed 280 g*)
1 Pkg. Butter-Quiche- & Tarteteig (*280 g*)
1 Dotter
1 EL Schlagobers
1 EL Hagelzucker

APFELFÜLLE

800 g Äpfel (*säuerlich*)
Saft von 1 Zitrone
100 g Kristallzucker
1 EL Maisstärke
1 TL Zimt
1 TL Vanillepaste

—
Butter

- 1 Butter schmelzen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten bräunen. Gebräunte Butter durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Braunen Zucker mit Zimt vermischen.
- 2 Mürbteige mit Backpapier ausrollen. Mit der braunen Butter bestreichen und gleichmäßig mit dem Zimtzucker bestreuen. Teige der Länge nach möglichst eng einrollen. Im Kühlschrank kalt stellen.
- 3 Für die Fülle die Äpfel schälen und klein würfeln. Mit restlichen Zutaten vermischen.
- 4 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Tarteform mit Hebeboden (Ø 28 cm) mit Butter bestreichen und mit dem Butter-Quiche- & Tarteteig ohne Backpapier auslegen. Überstehenden Rand wegschneiden oder nach Belieben formen.
- 5 Apfelfüllung in einem Sieb abtropfen lassen und in die Form füllen. Mürbteig-Rollen in Scheiben schneiden und den Pie damit dekorativ belegen. Dotter und Obers verrühren und den Pie damit bestreichen, mit Hagelzucker bestreuen.
- 6 Apple Pie auf einem Blech im Rohr (mittlere Schiene) ca. 50 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und noch warm genießen.



TANTE FANNY 100%
BUTTER-QUICHE- & TARTETEIG

Wie selbst gemacht. Nur noch schneller? Das geht! Der backfertige runde 100% Butter Quiche- & Tarteteig bietet die beste Basis für individuelle süße oder herzhafte Lieblingsfüllen. Ruck-zuck ausgerollt, nach Lust und Laune gefüllt und im Nu ofenfertig und lecker duftend. Köstlich in Hülle und Fülle. So Fannytastisch einfach!



WERBUNG





2 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 20 Minuten

140 g Ziegenfrischkäse
80 g Blauschimmelkäse
50 g Mozzarella (*gerieben*)
2 TL Thymianblättchen
1 Pkg. Dinkel Flammkuchenteig (260 g)
2 Rote Rüben (*vorgegart*)

Salz, Pfeffer

1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Creme die drei Käsesorten mit einer Gabel zerdrücken, mischen und mit der Hälfte des Thymians verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

2 Teig auf einem Backblech mit dem Backpapier ausrollen. Mit der Käsecreme bestreichen. Rote Rüben in Würfel schneiden und auf dem Flammkuchen verteilen.

3 Im Rohr (unterste Schiene) ca. 15 Minuten backen, bis der Rand goldbraun und knusprig ist. Mit restlichem Thymian garniert servieren.

FLAMMKUCHEN MIT THYMIAN-FRISCHKÄSE UND ROTEN RÜBEN



HERBSTLICHE KÖSTLICHKEITEN MIT TANTE FANNY UND GUSTO

Moderne herbstliche Wohlfühlküche mit raffiniertem Twist – Fannytastisch einfach! Unter diesem Motto veranstalteten Tante Fanny und GUSTO am 5. September einen ganz besonderen Kochkurs in der GUSTO-Küche.

Wien, September 2023.
Der Sommer neigt sich dem Ende zu, und der Herbst klopft an die Tür! Zur Einstimmung auf die bunte Jahreszeit trafen sich zum genussvollen Koch-Workshop von **Tante Fanny** und GUSTO acht glückliche GewinnerInnen und ihre Begleitungen in der GUSTO-Showküche.

Herzhafte und süße Leckerbissen
Nach der Begrüßung mit Snacks und Sekt zauberten die TeilnehmerInnen unter der Leitung von Charlotte Cerny acht feine Gerichte auf Basis von **Tante Fanny Frischteigen**. Von herhaft bis süß war alles dabei – vom Flammkuchen

mit Thymian-Frischkäse und Roten Rüben über eine schnell gedeckte Frühstücks-Tarte mit Butter-Blätterteig sowie einem Franzbrötchen mit Salzkaramell-Kokosfülle, bis hin zu einem Apple-Cinnamon Swirl Pie. Besonders spannend war es auch, der GUSTO-Fotografin über die Schulter zu schauen, als sie die traumhaft gelungenen Gerichte perfekt in Szene setzte. Kaum war das erledigt, wurden diese von den zufriedenen TeilnehmerInnen genüsslich verzehrt.

Einfache Gaumenfreuden für zu Hause mit Tante Fanny
Tante Fanny Frischteige unterstützen ganz unkompliziert im

kulinarischen Alltag. So bleibt mehr Zeit zum gemeinsamen Genießen. Es braucht nur einige wenige frische Zutaten und viel Liebe, und schon lassen sich köstliche Speisen kreieren. Je nach Geschmack und Vorliebe können verschiedenste Gerichte einfach und schnell zubereitet werden.

Inspirierungen gibt es von GUSTO oder auf www.tantefanny.at. Hier findet man zu jedem saisonalen Schwerpunkt eigene Rezeptideen. Verfeinert mit den eigenen Lieblingszutaten, bieten die **Tante Fanny Frischteige** außerdem eine perfekte Basis für individuelle Kreationen!

Zu Gast bei



Dorli Muhr

Agenturchefin, erfolgreiche Winzerin (als erste Österreicherin schaffte sie es mit ihrem Weingut unter die 100 besten der Welt!) und leidenschaftliche Gastgeberin: Wer am Tisch von Dorli Muhr Platz nimmt, den erwarten nicht nur genussvolle Stunden, sondern auch interessante und inspirierende Geschichten. Einige davon hat sie beim GUSTO-Gastgeber-Talk preisgegeben.

Fotos: Anna Stöcher, Dorli Muhr, ServusTV/Philipp Carl Riedl Interview: Susanne Jelinek

Die unbändige Leidenschaft für Wein wurde Dorli Muhr von ihrer Großmutter in die Wiege gelegt, ebenso das Durchhaltevermögen, jahrzehntelang eine renommierte Agentur zu leiten und nebenher nicht nur ein Weingut zu nationalem und internationalem Erfolg zu führen, sondern auch noch eine Weinregion zu etablieren. Mit der Oma fing alles an: Katharina Muhr bekam zu ihrer Hochzeit 1918 einen 0,17 Hektar kleinen Weingarten in Prellenkirchen am Spitzerberg geschenkt. Rund um diesen erwarb ihre Enkelin ab 2002 Stück für Stück Weingärten mit besonders alten Blaufränkisch Reben und fokussierte sich auf eine konstante Qualitätssteigerung. Mit Erfolg: Nicht nur Muhrs Rotweine, sondern auch der Spitzerberg an sich erlangten große Bekannt- und Beliebtheit. Seit diesem Jahr wird das Weingut vom US-Magazin „Wine & Spirits“ zu den 100 besten Wineries der Welt gezählt. Wir haben uns gefragt, wie wohl eine Einladung bei Dorli Muhr aussieht und im Detail nachgefragt.

FRAGEN & ANTWORTEN

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

Wahrscheinlich Topfen-Haluschka, weil es eines der Lieblingsgerichte meiner Tochter und schnelles Soulfood mit wenigen Zutaten ist. Gebratener Speck macht einfach alles gut, dazu nur noch Topfen und Fleckerl. Mehr braucht es nicht.

2 Für welche Speise sind Sie bei Familie und Freunden berühmt?

Bei Familienfesten muss ich immer eine große Menge meines Schokoladekuchens machen (siehe Rezept S. 38). Der ist meist schon weggegessen, bevor das eigentliche Dessert kommt. Manche Freunde rufen gar schon vor Einladungen an, um sicher zu gehen, dass es den Kuchen eh sicher geben wird.

3 Welches war das erste Gericht, das Sie gekocht haben?

Das war ein Blutsterz, da war ich etwa sieben Jahre alt. Ich weiß, das klingt für Menschen, die nicht wie ich als Bauerntochter aufgewachsen sind, schrecklich. Aber am Hof hat das Schlachten dazugehört, und ich habe schon als Kind gelernt, dass man von Tieren alles verwertet. Ich hatte stets einen sehr natürlichen Zugang zum Fleischessen und nie eine Abscheu. Ich habe etwa mit meinem Onkel Brät abgeschmeckt, Grammeln gemacht und von klein auf Hirn geliebt. Das habe ich sogar als Stärkung ins Schwimmbad mitgenommen! Ich genieße Fleisch mit Maß und Ziel, und es ist mir wichtig zu wissen, wo es herkommt. Ich habe deshalb ehrlicherweise noch nie Fleisch im Supermarkt gekauft.

4 Welches Gewürz ist Ihr persönlicher Liebling?

Eindeutig Muskatnuss! Der Duft, der Geschmack ... Manchmal sehne ich mich so sehr danach, dass ich extra deswegen Erdäpfelpüree mache.

5 Welche Zutat ist Ihre Geheimwaffe im Vorratsschrank?

Das ist der Ziegentopfen meiner Nachbarin Elisabeth Brandl am Fuße des Spitzerbergs, der ist einfach großartig! Ich habe ein Abo für fünf Gläser pro Woche. Mit ihm lassen sich die köstlichsten Sachen machen. Man kann ihn auch ganz simpel auf ein paar Kräutern mit Salz, Pfeffer und Olivenöl servieren.

6 Ein Trick, den beim Kochen alle kennen sollten.

Salz und Zitrone als letzter Schliff eines Gerichts. Die beiden heben alles, auch Kreationen mit schwerem Umami, in die Höhe. Ich verwende bei der Zitrone Saft und Zesten, beim Salz am liebsten Fleur de Sel, dessen zarte Plättchen die ideale Konsistenz haben. Wobei wohl langsam, wenn man an den Mikroplastikwahnsinn in den Weltmeeren denkt, Bergkristallsalz die bessere Wahl wäre.

7 Sie haben Gäste und um Mitternacht bekommen alle nochmal Hunger: Was tun Sie?

Wahrscheinlich greife ich zu den köstlichen Eiern, die die Weidehühner meiner Neffen legen, und mache eine riesige Eierspeis mit Grammeln obendrauf. Das ist aber nicht um Mitternacht, sondern noch etwas später. ☺

8 Wann war eine Einladung für Sie gelungen?

Wenn wir lange nach dem letzten Gang immer noch sitzen, reden und diskutieren. Und ich am nächsten Morgen denke: „Gestern bin ich ein bissl gescheiter geworden.“

→



Rotweine sind Muhrs große Leidenschaft. Mir ihrem Weingut Dorli Muhr (dorlimuhr.at) ist sie auf der Liste der 100 besten Weingüter der Welt vertreten

9 Was macht eine Einladung bei Ihnen besonders?

Es gibt immer viele verschiedene Weine zum Essen, und viele unterschiedliche Gäste sitzen am Tisch. Üblicherweise kennen die meisten einander nicht. Mir ist lieber, wenn man bei mir neue Menschen kennenlernen und die persönliche Bubble größer wird. Wenn ich die Gesellschaft richtig ausgewählt habe, sind hinterher alle dankbar dafür.

10 Was ist ein guter und was ein schlechter Gast?

Ein schlechter Guest kommt zu spät und hat dauernd Extrawünsche. Ein guter Guest hilft beim Service und ist umsichtig. Man muss sich das so vorstellen: Ich mache ja alles alleine. Ich bereite alles vor, öffne die Flaschen, moderiere, stehe in der Küche. Wenn ich mit einem Gericht fertig bin, klatsche ich in die Hände und sage, „So, du bringst jetzt bitte die Teller rein.“ Da viele meiner Gäste aus der selben Branche sind, ist das aber oft gar nicht notwendig, die helfen automatisch.

11 Wie sagt man Gästen, dass es Zeit ist zu gehen?

„Liebe Leute, ich muss jetzt ins Bett. Und ihr bitte auch.“

12 Wie sieht eine Weinbegleitung bei Ihnen aus?

Ich serviere relativ viele Rotweine, aber solche, die eher elegant und fein sind und durchaus auch zu Fisch oder Gemüse passen. In jedem Fall suche ich eher gereifte Weine aus, die passen besser zum Essen als junge. Wobei man sagen muss, dass der Zugang bei mir ein anderer ist. Ich mag dieses zwanghafte „Welcher Wein zu welchem Gericht“ gar nicht. Ich gehe das Ganze so an, dass ich mich frage, was schon lange im Weinkeller ist und ich gerne anbieten würde. Ich fange also mit der Wein Auswahl an. Dann schaue ich auf den Markt und finde heraus, was es gerade gibt und essenstechnisch gut passt.

13 Gibt es eine Allrounder-Weinsorte, die immer geht?

Selbstverständlich: Blaufränkisch. In der Art, wie ich ihn ausbaue, ist er nicht zu wuchtig und hat eher seidige anstatt herber Tannine. Er ist in sich sehr gut balanciert und ein ausgezeichneter Begleiter zu allem von Fisch bis hellem Fleisch. Er passt sogar zu Weißschimmelkäse, der sich mit vielen Rotweinen wie Seife am Gaumen anfühlt.

14 Haben Sie einen Kühlschrank für Getränke?

Auf dem Weingut natürlich. In meiner Wiener Wohnung ist bei größeren Einladungen der Kühlschrank schon mit Vorspeisen oder ähnlichem voll. Da helfe ich mir dann mit Kühlboxen. Darin lasse ich die Flaschen geöffnet stehen. Mit Kühlpacks kann ich die richtige Temperatur gut steuern.



Bei „Winzerlegenden“ auf ServusTV gibt Muhr Einblicke in ihr Leben als Weinproduzentin (siehe Tipp S. 10)

15 Mit Wein kochen: Was muss man beachten?

Ich habe immer einige angebrochene Flaschen und koch daher oft Schmorgerichte mit viel Wein. Der Wein, der dazu serviert wird, darf kein zu leichtes Pflänzchen sein.

Am Morgen nach einer Einladung denke ich gerne: „Gestern bin ich ein bissl gescheiter geworden.“

16 Weine als Gastgeschenk: Worauf achten Sie als Guest?

Ich bringe in erster Linie einen Wein von mir mit. Da muss ich dann beachten, ob die beschenkte Person einen guten Keller hat, in dem ein noch junger Wein reifen kann. Falls nicht, schenke ich einen bereits gereiften Wein, den man gleich trinken kann.

17 Eine geschenkte Flasche Wein, die man nicht mag, weiterschenken: Finden Sie das in Ordnung?



Selbstverständlich! Wein soll ja Freude bereiten und nicht irgendwo versauern. Wenn es jemanden gibt, der sich darüber freut: unbedingt weitergeben.

18 Wen hätten Sie gerne als Guest an Ihrem Tisch?

Quentin Tarantino. Das wäre garantiert total spannend und unterhaltsam. Seine Filme sind so genial und irgendwie daneben in der Darstellung. Nach jedem bin ich ein anderer Mensch. Wahrscheinlich hätte er die größte Freude, wenn ich ihm Gänge wie Blutsterz und Schweinsfüße auftischen würde. Dass ich Tarantino gerne mal kennenlernen würde, sage ich übrigens in jedem Interview. Vielleicht könnte ihm jemand diesen Artikel schicken?

Tchibo | Qbo



**KAFFEE WIE
VOM BARISTA.**

tchibo.at/qbo

Das Rezept habe ich aus Portugal von Miguel Castro e Silva mitgebracht, einem begnadeten Koch. Er sagte immer, es sei praktisch ein leicht gebackenes Schokomousse. Ein superschnelles Rezept, oft genug mache ich den Kuchen zwischen Aufstehen und Frühstück! Oder ich schiebe ihn ins Rohr, kurz bevor die Gäste kommen. Dann ist er noch lauwarm, wenn er am Tisch steht. Im Original wird die Backform gebuttert und gemehlt. Aber ich verwende einfach Backpapier.



Dorli Muhrs beliebter Schokokuchen

ZUTATEN

- 170 g Butter
- 200 g dunkle Schokolade (*ich nehme Kochschokolade*)
- 4 Eier
- 200 g Zucker

TIPPS

- Meistens mache ich gleich die eineinhalbfache oder doppelte Masse, das geht sich auf einem Blech aus.
- Nach Lust und Laune streue ich manchmal noch etwas Zucker darüber, oder aber lasse etwas Zucker aus dem Rezept weg. Wenn ich noch ein paar Eiklar herumstehen habe, nehme ich die dazu. Das macht ihn noch fluffiger.
- Man kann Schlagobers dazu servieren, wenn man möchte.
- Auf jeden Fall sollte man dazu meinen „Saudade“, das ist ein „Portwein“ aus Blaufränkisch Trauben, servieren. Der schmeckt genial zum Kuchen!

- 1 Backblech mit Backpapier auslegen. Backrohr auf 180 °C vorheizen.
- 2 Butter und Schokolade gemeinsam schmelzen.
- 3 Eier trennen. Dotter mit Zucker schaumig rühren, aus dem Eiklar steifen Schnee schlagen. Leicht überkühlte Butter-Schokomischung unter die Dotter heben, dann Schnee unterheben.
- 4 Vorsichtig auf das Blech gießen (ca. 2 cm hoch). Im Rohr ca. 50 Minuten backen.
- 5 Aus dem Rohr nehmen, ganz kurz überkühlen lassen, dann stürzen und gleich vorsichtig das Papier abziehen. Der Kuchen fällt ein wenig zusammen (was normal ist, weil er ohne Mehl gemacht ist). Er bleibt aber in der Mitte wunderbar saftig.
- 6 Wenn der Kuchen ausgekühlt ist, schneide ich ihn in ca. 3x3 cm große Stückchen.

NICHOLAS OFCZAREK IN

BURGENLÄNDISCHE

Guststücke

AUS DEM SEEWINKEL



SO EINEN GENUSS
SPIELT'S NUR DA.



burgenland
die sonnenseite österreichs



Burgenland-Kipferl

Die Hochzeitsbäckerei hat im Burgenland große Tradition und ist der Grund dafür, dass burgenländische Backwaren in ganz Österreich geliebt werden – und das nicht nur auf Hochzeiten, sondern zu jedem großen und kleinen Anlass.

Redakteurin Kerstin Grossbauer kommt aus dem Burgenland und verrät in GUSTO jedes Monat ein Geheimrezept ihrer Familie.

Rezept: Kerstin Grossbauer **Fotos:** Dieter Brasch

60 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 2 Stunden

ZUM KÜHLEN: ca. 2 Stunden

TEIG

250 g weiche Butter
125 ml Milch
2 Dotter
400 g glattes Weizengehirn
2 EL Staubzucker
20 g frische Germ

FÜLLE

2 Eiklar
100 g Staubzucker
100 g Haselnüsse (gerieben)

Salz, Mehl, Staubzucker

- Alle Zutaten mit 1 Prise Salz zu einem glatten Teig verkneten. Ca. 2 Stunden kühl rasten lassen.
- Eiklar mit Staubzucker zu Schnee schlagen. Geriebene Haselnüsse unterheben.
- Rohr auf 175 °C (Umluft) vorheizen. 2 Backbleche mit Backpapier belegen.
- Teig in 3 Stücke teilen und jeweils 3 mm dick auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen (rechteckig, ca. 35 x 15 cm). Teig mit der Nussmasse dünn bestreichen, Rand (ca. 2 cm) aussparen und der Längsseite nach straff einrollen. Naht mit den Fingerspitzen schließen. Mit einem runden Ausstecker (Ø ca. 5 mm) im Abstand von 2 cm Halbmonde abzwicken.
- Kipferl auf die Bleche legen und nacheinander im Rohr ca. 12 Minuten hellbraun backen. Kipferl herausnehmen, überkühlen lassen und mit Staubzucker bestreut servieren.



Diese Kipferl sind im Burgenland ein absoluter Klassiker mit Suchtgefahr und bei jedem Anlass fix dabei. Mein Lieblingsrezept der „Burgenländer“, wie wir sie nennen, wird mit einem kalten Germteig und einer Haselnuss-Baiser-Schicht, die beim Backen ein bisschen herausquillt, zubereitet. Keine Sorge, das ist beabsichtigt, denn so schmecken die Kipferl am besten!

KERSTIN

TRICKKISTE

Kalter Teig

Diese Variante des Germteigs rastet kalt. Hier ist nicht die Wärme, sondern die Zeit ausschlaggebend, damit sich die Hefekulturen optimal vermehren. Je länger der Teig ruht, umso feinporiger wird das Endergebnis bzw. je weniger Germ wird benötigt.

Gleich und gleich gesellt sich gern

Um gleich große Kipferl zu erhalten, darauf achten, dass die Teigplatten gleich groß ausgerollt werden und die gleiche Dicke aufweisen.

Balance behalten

Die Füllung dünn und gleichmäßig aufstreichen sowie einen Rand von ca. 2 cm freilassen. Germteig und Füllung gehen beim Backen auf. Je mehr Füllung aufgestrichen wird, umso eher quillt diese zu stark heraus.

Optische Augenweide

Für die allerschönsten Kipferl empfehlen wir, die Teignaht mit befeuchteten Fingerspitzen zu schließen. Dadurch bleiben sie beim Backen geschlossen in der gewünschten Form.

Langer Genuss

Die Kipferl lassen sich 1 bis 2 Wochen in der Blechdose aufbewahren. Anfangs sind sie ganz weich, sie werden zunehmend rescher. Auch gut!

Nussige Variationen

In der klassischen Variante werden die „Burgenländer“ mit Walnüssen gebacken. Meine Familie und ich finden, dass Haselnüsse den Kipferln die perfekte Nussnote verleihen. Mit Walnüssen schmecken sie etwas herber, mit Mandeln weniger intensiv.



Haferdrinks

Gekommen, um zu bleiben: Von allen Milchersatzprodukten fand der Haferdrink zwar erst relativ spät seinen Weg zum Verbraucher – und doch zählt er zu den erfolgreichsten veganen Milch-Alternativen.

Bestellt wurde das Feld von den Herstellermarken, wobei vor allem das schwedische Unternehmen Oatly zu nennen ist, das auch als Erfinder des ursprünglich noch „Hafermilch“ genannten Getreide-Produkts gilt. Mittlerweile haben auch Supermärkte und Discounter das Potential erkannt und sind mit eigenen Marken in den Regalen vertreten, die meist wesentlich günstiger sind. Welche von insgesamt sechs Haferdrink-Handelsmarken den höchsten Genuss verspricht, hat die ÖGVS – Gesellschaft für Verbraucherstudien nun in Kooperation mit der Universität für Bodenkultur Wien (BOKU) ermittelt.

GESAMTWERTUNG

NOTE	MARKE	IN PUNKTEN
1,0	SPAR Haferdrink Barista	6,43
1,3	SPAR Natur*pur Bio-Hafer-Drink	6,11
2,0	Zurück zum Ursprung Hafer-Drink Natur	5,50
2,4	Vemondo Barista Hafer	5,08
2,5	Ja! Natürlich Bio Haferdrink	4,99
3,6	Vemondo Bio Haferdrink	3,96

SO WURDE GETESTET

Die vom Institut für Lebensmittelwissenschaften der Universität für Bodenkultur Wien durchgeführte Untersuchung gliedert sich in zwei Teile. In einem ersten Schritt unterzogen sensorisch geschulte Prüfer die Produkte einer Quantitativen Deskriptiven Analyse. Zunächst wurden 24 produktspezifische sensorische Merkmale der Kategorien Aussehen, Geruch, Geschmack sowie Mundgefühl und Nachgeschmack festgelegt, anhand derer die Haferdrinks beschrieben werden konnten. Anschließend quantifizierten die Prüfer für jedes Produkt die Intensitäten dieser Merkmale und erstellten für alle untersuchten Marken ein spezifisches sensorisches Produktprofil.

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

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

TESTSIEGER

Den ersten Platz in der Gesamtwertung belegte der „Spar Haferdrink Barista“. Geschmacklich war die Milchalternative von Spar weniger süß als alle anderen Proben, dafür stand die Getreide-Note klar im Vordergrund. Die Textur wurde als besonders cremig wahrgenommen – und auch im Nachgeschmack wusste die Spar Barista mit einem ausgeprägten Hafer-Akzent zu überzeugen.

Platz zwei in der Gesamtwertung ging ebenfalls an ein Produkt aus dem Hause Spar: den „Spar Natur*pur Bio-Hafer-Drink“. Dieser zeigte den deutlichsten Vanille-Geschmack und präsentierte sich insgesamt als das am süßesten schmeckende Produkt, das darüber hinaus auch den süßesten Nachgeschmack aller Proben aufwies.

Der „Zurück zum Ursprung Hafer-Drink Natur“ sicherte sich den dritten Platz. Der Bio-Drink von Hofer hatte den intensivsten Hafer-Geruch und zeigte im Rahmen der Evaluierung den stärksten Hafer-Geschmack, der von den Probanden in der separaten Wertung „Qualität Geschmack“ die zweitbeste Beurteilung erhielt. Die Konsistenz ließ nahezu keine Flockigkeit erkennen.

Auf den weiteren Plätzen folgten die Produkte der Marken Vemondo (Barista), Ja!Natürlich sowie Vemondo Bio.



Machen Sie mit,
und gewinnen Sie
eines unserer drei
Herbst-Packages.

Damit versüßen
wir Ihnen den Herbst
und bescheren Ihnen
exklusive Preise.



"THE AGE
OF SCORPIO"
- SINGLE MALT

Der kantige, scharfsinnige Skorpion ist genau wie sein Sternzeichen geprägt von Willensstärke, Zielstrebigkeit, Fleiß und einer gewissen Skepsis. Geschmacklich ist der Single Malt von Seven Seals sehr ausgewogen mit Anklängen von Vanille, einem Hauch gerösteter Nüsse und Holz. Am Ende bleibt eine fruchtige Note, welche perfekt in eine vielschichtige Komplexität eingebunden ist.

www.7sealsinnovation.at

Gewinne einen von zwei „The Age of Scorpio“- Single Malts!

GEWINNEN IM HERBST

Jetzt mitmachen & gewinnen, mehr auf gusto.at/herbst2023

Fotos: beigestellt



MIT GYNIAL SELBSTBEWUSST
UND ENTSpannt DURCH DIE
WECHSELJAHRE!

MenoGynial PLUS* mit ausgewählten Mikronährstoffen sorgt
für eine natürliche Balance in den Wechseljahren und
Gynial Activ Waschschaum für mehr Frische im Intimbereich.

www.gynial.com

Gewinne eines von fünf GYNIAL-Spezialpackages!

*Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für eine ausgewogene
und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise dar.

KELOMAT BLUE CLICK

Die Hochraumpfanne KELOMAT Blue Click besticht –
neben dem strahlenden Blau – auch durch den abnehmbaren
Griff für einfaches Verstauen.



KELOmat

Der extra-hohe Rand ermöglicht das Zubereiten von Fleisch,
Fisch, Gemüse mit Soße – auf allen Herdarten. Die robuste
PTFE-Beschichtung verhindert das Anhaften!
www.kelomat.at

Gewinne eine von drei KELOMAT Blue Click Hochraumpfannen!

TRADITION, MODERN GEDACHT

Die klassische Bauernküche und das damit verbundene Wissen für künftige Generationen aufzubereiten: Diesem Ziel hat sich die beliebte Seminarbäuerin Elisabeth Lust-Sauberer verschrieben.

Rezepte: Elisabeth Lust-Sauberer **Fotos:** Melina Kutelas

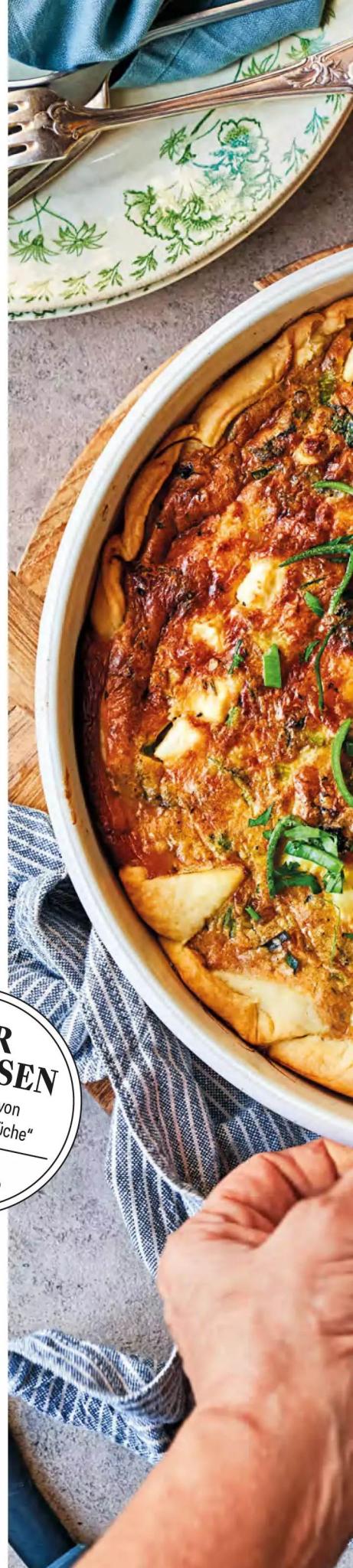
Tradition und Moderne sind keine Widersprüche, davon ist Elisabeth Lust-Sauberer überzeugt. Die Bestsellerautorin und Seminarbäuerin aus Schalladorf im Weinviertel sieht vielmehr, dass die Art, wie am Land schon vor Jahrzehnten gekocht wurde, wieder an Bedeutung gewinnt: etwa zu wissen, wo die Lebensmittel herkommen, mit denen man seine Liebsten und sich selbst ernährt. Oder auch zu schätzen, dass diese in ursprünglicher Form und nicht industriell verarbeitet zur Verfügung stehen. Es freut sie, dass immer mehr Menschen auf bewussten Konsum und Regionalität schauen. „Erfreulicherweise setzt sich dieses Denken gerade bei jungen Menschen jetzt stärker durch. Sowohl bei meinen Seminaren als auch auf meinem samstäglichen Verkaufsstand am Wiener Yppenmarkt merke ich, dass Selberkochen mit heimischen Produkten an Wert gewinnt.“ Wobei klar ist, dass gerade bei klassischen und überlieferten Rezepten Raum dafür sein muss, sinnvolle Adaptionen durchzuführen. „Die gelungene Kombination

aus überliefertem Wissen und der Lust an neuen Geschmacksrichtungen samt internationalen Würznoten ist für mich richtunggebend für eine moderne Bauernküche.“ Also für jene, die auch noch die nächste und übernächste Generation begeistert. Rezepte, die dieser Idee entsprechen, verrät Lust-Sauberer in ihrem neuen, wunderbaren Buch, vier davon den GUSTO-Lesern bereits auf den folgenden Seiten.



Noch mehr zum Thema in
MEINE BAUERNKÜCHE
Elisabeth Lust-Sauberer, mit Texten
von Renate Wagner-Wittula
Styria Verlag, € 32,-

**WIR
VERLOSEN**
3 Exemplare von
„Meine Bauernküche“
**GUSTO.at/
gewinnspiele**





LAUCHTORTE MIT WÜRZIGEM KÄSE

4 PORTIONEN
ALS LEICHTE MAHLZEIT

FÜR DEN TEIG

250 g glattes Mehl + Mehl zum Ausrollen
½ Pkg. Weinsteinbackpulver
130 g kalte Butter
1 mittelgroßes Ei
1 TL Salz
Fett für die Form

FÜR DEN BELAG

500 g Lauch
1 Bund Schnittlauch
2 fein gewürfelte mittelgroße Zwiebeln
2 Eier
100 g milder Gorgonzola
oder geriebener würziger Hartkäse
ca. 250 ml Schlagobers
2 Birnen
ca. 100 g schnittfester Schafkäse
Öl zum Anschwitzen
Salz und weißer Pfeffer

- 1 Für den Teig alle Zutaten (am besten in der Küchenmaschine) zu einem glatten Teig verarbeiten. Etwa 3 mm dick ausrollen und in eine mit Fett ausgestrichene Quiche- oder Tortenform geben, dabei auch einen Rand hochdrücken. Den Teig mit der Gabel mehrmals einstechen, damit beim Backen keine Blasen entstehen.
- 2 Für den Belag Lauch und Schnittlauch klein schneiden. Zwiebeln in Öl anschwitzen und vom Herd nehmen. In einer Schüssel Lauch mit Zwiebeln, Schnittlauch, Eiern und Gorgonzola oder Hartkäse vermengen. Mit weißem Pfeffer würzen.
- 3 Nun so viel Schlagobers zugießen, dass eine lockere Masse entsteht. Nochmals mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken und die Masse auf den Teig auftragen.
- 4 Die Birnen in Würfel oder dünne Spalten schneiden und darauflegen. Schafkäse würfeln und darüberstreuen. Im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C Ober-/Unterhitze ca. 40 Minuten backen.
- 5 Lauchtorte herausheben und vor dem Servieren etwa 15 Minuten rasten lassen.



Dieses Rezept ist in unserer Familie ein echter Dauerbrenner, da man sowohl die Kräuter für die Palatschinken als auch die Zutaten für die Fülle je nach Saison und Vorrat variieren kann.

Statt Spinat eignet sich die gesamte Kräuterpalette, von Vogelmiere über Brennnessel oder Bärlauch bis hin zu Giersch, alle sind ganz hervorragend für den Palatschinkenteig. Wer mag, kann die Kräuter auch ganz weglassen. Entsprechend vielfältig sind auch die Möglichkeiten für die Fülle. Probieren Sie einmal Frischkäse mit Kren, geräucherter Forelle und Lauch oder aber pikant gewürzten Topfen mit gekochter, geraspelter Roter Rübe und Schafkäse, ganz klassisch hingegen Schinken und Käse als Fülle.

ELISABETH LUST-SAUBERER

ÜBERBACKENE SPINATPALATSCHINKEN

4 PORTIONEN ALS HAUPTSPEISE

FÜR DIE PALATSCHINKEN

100 g Blattspinat, Vogelmiere (*oder Kräuter, siehe Tipp rechts oben*)
400 ml Milch
4 mittelgroße Eier
250 g glattes Mehl
½ TL Weinsteinbackpulver
Salz und Pfeffer
Fett zum Herausbacken und für die Form
Fülle nach Geschmack, z. B. Frischkäse, getrocknete Paradeiser- und Mozzarellawürfel (*siehe Tipp rechts oben*)

FÜR DEN GUSS

2 Eier
50 ml Milch
50 ml Schlagobers
geriebener Bergkäse nach Belieben zum Bestreuen
Rosmarin und/oder Thymian zum Bestreuen

- 1 Für die Palatschinken den Blattspinat bzw. die Kräuter blanchieren (kurz mit heißem Wasser übergießen), gut ausdrücken und pürieren.
- 2 Die Milch mit den Eiern gut verrühren, Mehl, Backpulver sowie 1 Prise Salz einröhren und den pürierten Spinat bzw. die Kräuter untermengen. In wenig heißem Fett zu dünnen Palatschinken ausbacken.
- 3 Die Fülle pikant abschmecken, auf die Palatschinken geben und einrollen. Die eingerollten Palatschinken dritteln und dachziegelartig in eine mit Fett ausgestrichene Auflaufform legen.
- 4 Für den Guss die Eier mit Milch sowie Obers verrühren und über die Palatschinken gießen. Nach Belieben mit geriebenem Käse bestreuen, die Kräuter darüber verteilen und die Palatschinken im vorgeheizten Backrohr bei 180 °C Ober-/Unterhitze 15–20 Minuten backen.

WILDRAGOUT MIT ERDÄPFELKROCKETTEN

4 PORTIONEN ALS HAUPTSPEISE

FÜR DAS WILDRAGOUT

1,5 kg Wildfleisch (z. B. Hirsch- oder Rehschlögel)
2 rote und 3 gelbe Karotten
3 grob geschnittene Schalotten
oder 2 grob geschnittene kleine Zwiebeln
3 gehackte Knoblauchzehen
10 angedrückte Wacholderbeeren
1 kleine Zimtstange
2 Lorbeerblätter
je 1 Zweig Thymian und Rosmarin
4 EL Tomatenmark
4 EL Preiselbeerkompott
abgeriebene Schale und Saft von 1 Orange
500 ml Rotwein (*alkoholfreie Alternative: alkoholfreies dunkles Bier*)
evtl. 2 EL Gin
1 EL Kakaopulver
Mehl zum Stauben
Öl zum Anbraten
Salz und Pfeffer
Maisstärke nach Bedarf

FÜR DIE ERDÄPFELKROCKETTEN

300 ml Wasser
60 g Butter
300 g glattes Mehl
400 g noch heiße, gekochte mehlige Erdäpfel
4 mittelgroße Eier
1 Prise Muskatnuss
1 Prise Salz
Fett zum Herausbacken

- 1 Für das Wildragout das Wildfleisch in Stücke schneiden, mit etwas Mehl stauben und in einem Topf in heißem Öl rundum gut anbraten. Aus dem Topf nehmen. Karotten grob schneiden und mit den Schalotten oder Zwiebeln ebenfalls gut anrösten, Knoblauch, Wacholderbeeren, Zimtstange, Lorbeerblätter, Thymian und Rosmarin dazugeben. Tomatenmark, Preiselbeeren, Orangenschale sowie -saft hinzufügen und alles gut durchrühren. Mit Rotwein sowie Gin aufgießen und kurz aufkochen.
- 2 Nun das angebratene Fleisch dazugeben und am besten im vorgeheizten Backrohr bei 150 °C zugedeckt ca. 90 Minuten weich schmoren. Die Garzeit hängt von der Qualität sowie von der Art des Wildfleisches ab und kann auch länger sein.
- 3 Inzwischen für die Kroketten Wasser und Butter aufkochen, dann Mehl dazugeben und wie bei einem Brandteig so lange rühren, bis der Teig bindet und sich vom Boden löst. Die gekochten Erdäpfel durch eine Erdäpfelpresse drücken und mit den Eiern, Muskatnuss und Salz (am besten mit einem Handmixer) untermischen. Aus der Masse eine dünne Rolle formen, in Stücke schneiden und die Kroketten unmittelbar vor dem Servieren in heißem Fett goldgelb herausbacken.
- 4 Wildragout mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für eine schöne, dunkle Farbe Kakaopulver einrühren. Ist die Sauce noch zu dünn, mit etwas Maisstärke binden (das ergibt zudem einen schönen Saucenglanz).



ERDÄPFELSTERZ MIT EIERSPEIS

Welch große Rolle Sterz auf dem Land spielt, musste auch ich erst lernen.

Freilich wusste ich, was Sterz ist und dass man hier im Weinviertel vor allem den Erdäpfelsterz damit bezeichnet – im Unterschied zum burgenländischen oder steirischen Sterz, der aus Polenta zubereitet wird. Doch wie unentbehrlich dieses Gericht während der anstrengenden Feldarbeit ist, wusste ich erst zu schätzen, als ich heiratete und nach Schalladorf kam. Damals gab es nahezu täglich Sterz am Ende eines langen und harten Arbeitstages, stand er doch innerhalb kürzester Zeit auf dem Tisch. In dieser Häufigkeit steht Sterz bei uns heute nicht mehr auf dem Speiseplan, doch mittlerweile rangiert er auch bei meiner Familie als unkompliziertes, fleischfreies Mittagessen ganz oben auf der Beliebtheitsskala.

ELISABETH LUST-SAUBERER

4 PORTIONEN ALS LEICHE MAHLZEIT

500 g gekochte Erdäpfel

2 EL Grieß

2 EL Milch

3 Eier

60–70 ml Schlagobers

Schmalz oder Öl zum Rösten

+ Öl oder Butterschmalz für die Eierspeis

Salz und Pfeffer

- 1 Die gekochten Erdäpfel mit dem Sterzreißer (grobes Reibeisen) reißen.
- 2 Den Grieß in heißem Schmalz oder Öl hell anrösten und mit der Milch ablöschen. Die gerissenen Erdäpfel hinzufügen (sind die Erdäpfel sehr trocken, nochmals ca. 2 EL Schmalz oder Öl dazugeben), alles etwa 5 Minuten gut durchrören und dann bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten ziehen lassen. Dabei am besten einen Kochlöffel unter den Deckel klemmen. Den fertigen Sterz mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3 Die Eier in eine Schüssel schlagen, mit einer Gabel leicht verrühren und das Schlagobers einrühren. Etwas Öl oder Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen, die Eiermasse eingießen und zu einer luftigen Eierspeis braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Den fertigen Sterz anrichten und die Eierspeis darüber verteilen.

DAZU PASST

Im Weinviertel servieren wir dazu meist eingelegte Gurken oder frischen Gurkensalat.



NATÜRLICH
WURDEN DAFÜR
GANZE WIESEN
AUFGEFRESSEN.



bioinfo.at

Es braucht natürlich nicht viel, um Bio-Käse zu machen. Wiesenblumen, Wiesenkräuter und saftige Gräser. Kühe, die diese Wiesen auffressen. Bio-Milch in höchster Qualität. Können, Liebe, Hingabe. Und dann, ganz wichtig, braucht es Zeit zum Reifen. Sonst braucht es nichts. Gar nichts.

Das ist Bio. Kontrollierte Qualität. Garantiert durch das EU-Biologo und das AMA-Biosiegel.

Unser AMA-Biosiegel: Mehr Bio. Mehr Qualität.



Birnen, von simpel bis anspruchsvoll

Rezepte: Charlotte Cerny **Fotos:** Barbara Ster

Birnen-Pignolikuchen

12 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

1 kg Birnen
Saft von 1 Zitrone
100 g Pignoli
130 g weiche Butter
130 g Kristallzucker
1 TL Vanillepaste
3 mittlere Eier
250 g glattes Mehl
2 TL Backpulver

GLASUR
100 g Staubzucker
Saft von $\frac{1}{2}$ Zitrone

Butter, Mehl

- 1 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Tortenform (\varnothing 22 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl stauben.
- 2 Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Birnen in Stücke schneiden. Mit Zitronensaft vermischen.
- 3 Pignoli in einer trockenen Pfanne goldgelb rösten.
- 4 Butter, Zucker und Vanillepaste ca. 5 Minuten cremig mixen. Eier einzeln unterrühren. Mehl und Backpulver untermischen. Birnen und die Hälfte der Pignoli einrühren. Masse in der Form verstreichen und mit den übrigen Pignoli bestreuen.
- 5 Im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 45 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen. Kuchen aus der Form lösen.
- 6 Für die Glasur Zucker und Zitronensaft glattrühren. Auf dem Kuchen verstreichen.

12 STÜCK**ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde**ZUM KÜHLEN:** ca. 3 Stunden

1 kg Birnen

Saft von 1 Zitrone

5 Blatt Gelatine

200 g Kristallzucker

50 ml Birnensaft (*oder Wasser*)

½ TL Zimt

500 ml Schlagobers

2 Pkg. Sahnesteif

1 TL Vanillearoma

BISKUIT

2 große Eier

50 g Kristallzucker

30 g glattes Mehl

30 g Maisstärke

20 g Butter (*zerlassen*)*Butter, Mehl, Zimt*

Birnen - Obers - Torte

- 1 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Springform (Ø 26 cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl stauben.
- 2 Für das Biskuit Eier und Zucker ca. 5 Minuten cremig mixen. Mehl, Stärke und Butter untermischen. Masse in der Form verstreichen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.
- 3 Biskuitboden aus der Form lösen und auf den Servierteller legen. Mit einem verstellbaren Tortenring umschließen und mit zurechtgeschnittenen Backpapierstreifen auslegen.
- 4 Birnen schälen und das Kerngehäuse entfernen. Birnen in kleine Würfel schneiden und mit Zitronensaft vermischen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen.
- 5 150 g vom Zucker karamellisieren. Birnen, Birnensaft und Zimt zugeben. Köcheln, bis der Zucker aufgelöst ist. Vom Herd nehmen und überkühlen lassen. Gelatine ausdrücken und in der warmen Birnenmasse auflösen. Auf dem Biskuitboden verstreichen und für ca. 2 Stunden kalt stellen.
- 6 Obers, Sahnesteif, übrigen Zucker und Vanillearoma cremig mixen. Auf der Torte verstreichen und für ca. 1 Stunde kalt stellen.
- 7 Torte aus dem Tortenring lösen, Backpapier abziehen. Mit Zimt bestreuen.





4 PORTIONEN ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

4 Birnen
Saft von ½ Zitrone
80 g Kristallzucker
1 TL Butter
50 ml Orangensaft

BIRNENKUCHEN

1 kleine Birne
1 EL Zitronensaft
100 g glattes Mehl
50 g Kristallzucker
50 g brauner Zucker
½ TL Natron
80 g Wasser
80 g Butter
1 kleines Ei
80 g Milch
1 MS Zimt

ZABAGLIONE

4 Dotter
50 g Kristallzucker
Mark von 1 Vanilleschote (*ausgekratzt*)
50 ml Brandy
1 TL Orangenschale
1 MS Zimt

Butter, Mehl

Herbstliches Trifle mit Birnen

- 1 Rohr auf 180 °C vorheizen. Kleine Kuchenform (Ø 18 cm) oder Muffinformchen mit Butter ausstreichen und mit Mehl stauben.
- 2 Für den Kuchen die Birne schälen und das Kerngehäuse entfernen. Birne klein würfeln und mit Zitronensaft vermischen.
- 3 Mehl, Zuckersorten und Natron verrühren. Wasser und Butter erwärmen, bis die Butter geschmolzen ist. Alle Zutaten verrühren. Birnenwürfel untermischen. In der Form verstreicheln und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 20 Minuten backen. Herausnehmen und überkühlen lassen. Kuchen in Stücke zupfen und in 4 Gläsern verteilen.
- 4 Birnen schälen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Birnen in Spalten schneiden. Mit Zitronensaft vermischen. Zucker karamellisieren. Butter einrühren. Birnenspalten einlegen und mit Orangensaft ablöschen. Birnen wenden und ca. 5 Minuten köcheln.
- 5 Für die Zabaglione die Zutaten über einem Wasserbad verrühren, bis der Zucker aufgelöst ist. Vom Herd nehmen und kalt mixen, bis die Creme dick-cremig ist.
- 6 Zabaglione und Birnen in den Gläsern verteilen. Mit dem Birnen-Karamellsud beträufeln.

DER KLASSIKER IM OKTOBER DER KOSTLICHSTE TAFELSPITZ

VOM PROFI LERNEN



Wolfgang Schlüter, GUSTOs Mastermind der österreichischen Küche, ist Ihr persönlicher Coach am Weg zu einem perfekten Austro-Klassiker. Dieses Mal verrät Schlü, wie Ihr Tafelspitz besser als je zuvor gelingt.



Rezept: Wolfgang Schlüter Fotos: Ulrike Köb, Dieter Brasch

FELSPITZ

SO WIRD'S GEKOCHT

6 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 2 ½ Stunden

1,2 kg Tafelspitz
300 g Rindsknochen (*grob gehackt*)
5 Pfefferkörner
150 g Karotten
150 g Gelbe Rüben
150 g Petersilienwurzeln
2 kleine Zwiebeln (150 g)
2 EL Schnittlauch (*geschnitten*)

Öl, Salz, Pfeffer, Liebstöckel

- 1 Fleisch abgedeckt Raumtemperatur annehmen lassen.
- 2 Ca. 3 l Wasser aufkochen. Fleisch und Knochen warm waschen und ins kochende Wasser legen. Pfefferkörner zugeben. Hitze reduzieren und das Fleisch ca. 1 ¾ Stunden köcheln. Aufsteigenden Schaum immer wieder mit einem Siebschöpfer entfernen.
- 3 Wurzelgemüse putzen und schälen. Zwiebeln ungeschält in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. In einer Pfanne ganz wenig Öl erhitzen, Zwiebeln auf den Schnittflächen sehr dunkel (nicht schwarz) anrösten.
- 4 Nach ca. 1 Stunde Garzeit Wurzelgemüse, Zwiebeln und ein wenig Liebstöckel in die Suppe geben.
- 5 Wenn das Fleisch weich ist, Gemüse und Fleisch aus der Suppe heben und in fingerdicke Scheiben schneiden. Suppe würzen und durch ein Sieb gießen.
- 6 Fleisch und Gemüse mit ein wenig Suppe anrichten und mit Schnittlauch bestreut servieren.

CREMESPINAT

1,2 kg Blattspinat
30 g glattes Mehl
80 g Butter
500 ml Suppe
2 kleine Knoblauchzehen (*fein gehackt*)

Salz, Pfeffer

- 1 Spinat putzen und waschen. Spinat kurz überkochen, kalt abschrecken, gut ausdrücken und fein pürieren.
- 2 Mehl in einem Viertel der Butter anschwitzen, mit heißer Suppe aufgießen, verrühren und ca. 5 Minuten kochen.
- 3 Spinat in die Sauce mischen und unter Rühren aufkochen (Achtung: blubbert und spritzt!). Übrige Butter bis zur Braunfärbung erhitzen. Spinat mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen und mit brauner Butter verfeinern. Falls nötig, mit wenig Suppe verdünnen.

ERDÄPFELRÖSTI

1,5 kg mehlige Erdäpfel
4 EL Öl

Salz

Erdäpfel schälen, grob raspeln, in ein Küchentuch geben und gut ausdrücken. In einer beschichteten Pfanne (Ø 28 cm) Öl erhitzen. Erdäpfelmasse in die Pfanne schichten, salzen und auf beiden Seiten goldgelb backen. Rösti in Segmente schneiden.

SCHNITTLAUCHSAUCE

50 g Weißbrot (*entrindet*)
100 ml Milch
1 Dotter (*gekocht*)
1 Dotter (*roh*)
1 TL Senf
1 TL Essig
1 Prise Kristallzucker
180 ml Sonnenblumenöl
3 EL Schnittlauchröllchen

Salz, Pfeffer

Brot in Milch einweichen, ausdrücken und mit dem gekochten Dotter durch ein Sieb streichen. Rohen Dotter unterrühren, mit Salz, Pfeffer, Senf, Essig und Zucker würzen. Masse in ein Mixglas füllen und unter Zugabe des Öls zu einer sämigen Sauce pürieren. Schnittlauch einrühren.

APFELKREN

300 g säuerliche Äpfel
3 EL Zitronensaft
20 g Kren (*frisch gerissen*)
1 TL Kristallzucker
1 EL Öl
1 Prise Salz

Äpfel schälen, vierteln und Kerngehäuse ausschneiden. Äpfel fein raspeln, sofort mit Zitronensaft vermischen. Kren, Zucker, Öl und Salz unterrühren.

WEINTIPP

Ein mittelschwerer Zweigelt, wie etwa ein Carnuntum DAC, passt perfekt zum Tafelspitz.

SO WIRD'S AM BESTEN

EINKAUF

Die Fleischqualität ist entscheidend, deshalb führt mich mein Weg immer zum Fleischhauer meines Vertrauens. Grundsätzlich verwende ich das Fleisch von jüngeren Tieren, am liebsten von Kalbinnen mit einer schönen dicken Fettschicht. Wer das Fett wegschneidet, sollte dies immer erst nach dem Kochen tun, da es den Geschmack der Suppe verbessert.

NICHT OHNE RINDSKNOCHEN

Ich kuche Rindsknochen mit, das bringt zusätzlichen Geschmack. Am besten beim Fleischhauer ordern. Besonders effektiv ist es, wenn man die Knochen in kochendem Wasser kurz überbrüht, abseht, abschrekt und sie dann mit dem Fleisch mitkocht.

MEHR GESCHMACK

Noch intensiver wird der Geschmack, wenn man zum Kochen statt Wasser eine Rindsuppe verwendet. Wer dafür nicht genug Suppe zur Hand hat, kann diese auch mit Wasser strecken.

GUTE SUPPE ODER GUTES FLEISCH

Wenn man Fleisch ins kalte Wasser legt und kocht, schließt sich die Oberfläche langsam, der Geschmack geht in den Kochfond. Legt man das Fleisch hingegen in bereits kochendes Wasser, schließt sich die Fleischoberfläche rasch und der Geschmack bleibt stärker im Fleisch. Letzteres ist von Vorteil, wenn man (wie beim Tafelspitz) hochwertige Stücke verwendet. Wichtig: nach dem Einlegen Hitze reduzieren und Flüssigkeit nur schwach wallen lassen.

SALZEN

Ich salze grundsätzlich die Suppe und das Fleisch erst ganz am Ende der Zubereitung. Warum? Durch das Einkochen reduziert sich die Flüssigkeit und der Salzgeschmack könnte sich damit auch verstärken. Ich salze das angerichtete Fleisch am liebsten mit grobem Meersalz.

RICHTIG DOSIEREN IST ANGESAGT

Der Kochfond sollte niemals sprudelnd kochen, sonst wird das Fleisch trocken und zäh und die Suppe trüb. Am wohlsten fühlt sich der Tafelspitz im schwach wallenden Kochfond.



KOCHEN

Das Fleisch sollte während des Kochens immer gut mit Flüssigkeit bedeckt sein. Herausstehende Stellen trocknen aus und werden dunkel. Falls nötig, immer wieder Wasser oder Suppe zugießen.

GARPROBE

Fleisch am besten mit einer zweizinkigen Fleischgabel anstechen – sobald klarer Saft austritt und das Fleisch leicht von der Gabel gleitet, ist es fertig.

PERFEKTER SCHNITT

Durch einen falschen Schnitt kann die ganze Mühe umsonst gewesen sein. Das gekochte Fleisch muss immer quer zur Faser geschnitten werden. Bitte aufpassen, die Fasern verlaufen speziell beim Tafelspitz nicht immer gleich. Man muss die Schnittrichtung öfter wechseln. Mit der Faser geschnittenes Fleisch ist zäh und grob faserig.

SUPPE ABSEIHEN

Zum Abseihen der Suppe verwende ich grundsätzlich ein feines Sieb oder ein feines Tuch.

EINFACH KÖSTLICH

Markscheiben in heißer (aber nicht kochender) Rindsuppe kurz erwärmen, salzen, pfeffern und auf getoastetem Schwarzbrot servieren.

RESTEKÜCHE

Ihnen ist Tafelspitz übrig geblieben? Hier sehen Sie, welche Köstlichkeiten Sie damit zaubern können:
www.gusto.at/restekueche-tafelspitz



WIENER

Zeitschrift für Zeitgeist

Immer
dabei.
Seit 1979

→ abo.wiener-online.at

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

Rezept: Charlotte Cerny **Foto:** Barbara Ster

Der WOW Faktor



Sie haben Lust, Ihre eigene Schoko-Nusscreme zu machen?
Hier geht es zu GUSTOs Rezept!
www.gusto.at/nougatcreme



27 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

ZUM GEHENLASSEN: ca. 1 Stunde

500 g glattes Mehl

70 g Kristallzucker

70 g weiche Butter

250 ml warme Milch (*nicht heiß*)

1 Würfel Germ (42 g)

1 mittleres Ei

FÜLLE

200 g Schoko-Nusscreme

(*siehe Tipp*)

DEKO

1 Dotter

1 EL Schlagobers

50 g Haselnüsse

Mehl, Butter

- 1 Für den Teig die Zutaten ca. 10 Minuten glatt verkneten. In eine Schüssel legen, abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
- 2 Creme in einen Dressiersack mit Lochtülle füllen (funktioniert auch ohne Tülle).
- 3 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz verkneten und in ca. 35 g schwere Stücke teilen.
- 4 Stücke zu Scheiben flach drücken und mit je ca. 1 TL Schokocreme füllen. Teig über die Fülle einschlagen und zusammendrücken. Zu Kugeln formen.
- 5 Auflaufform (Ø 28 cm) mit Butter ausstreichen und auf ein Blech stellen. Buchteln in die Form legen.
- 6 Dotter und Obers verrühren. Buchteln damit bestreichen und im Rohr (2. Schiene von unten) ca. 40 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen und überkühlen lassen.
- 7 Haselnüsse in einer trockenen Pfanne rösten, bis sie zu duften beginnen und die Schale platzt. Nüsse in ein Tuch einschlagen und aneinanderreiben, um die Schale zu lösen. Haselnüsse halbieren.
- 8 Buchteln mit einem Tupfer Schokocreme und Haselnüssen verzieren.

Mini-Buchteln mit Schokocreme



Soulfood-Nudeln

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

Rezepte: Kerstin Grossbauer, Melisa Hadzic, Susanne Jelinek, Wolfgang Schläuter **Fotos:** Dieter Brasch



Darf ich vorstellen:
unsere allerliebste
Familienpasta! Ich kuche
sie seit Jahren mindestens
zwei Mal im Monat (weshalb mir
unsere Chefredakteurin Susanne
den Titel „Queen of Puttanesca“
verliehen hat, den ich mit Stolz
trage ☺). Anfangs habe ich sie un-
freiwillig so oft gekochte, weil mein
damals zweijähriger Sohn jede an-
dere Pasta verschmäht hat, heute
aber bewusst so häufig, weil sie
unser absolutes Wohlfühlessen ist.
Was ich besonders schätze: Die
Zutaten hat man immer zu Hause,
sie sind ewig haltbar und man
kann ganz spontan loskochen.
— Melisa

4 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: 45 Minuten

- 1 Dose Sardellen
(*in Öl, 30 g Abtropfgewicht, oder 6 Sardellen*)
- 2 Knoblauchzehen (*gehackt*)
- 1 Dose Thunfisch (*in Öl, Abtropfgewicht 160 g*)
- 2 EL Kalamata-Oliven (*oder andere schwarze Oliven*)
- 1 EL Kapern
- 700 ml passierte Paradeiser
- 1 Prise Zimt
- 500 g Pasta (*z.B. Schiaffoni, Spaghetti, Mafaldine*)
- 1 EL gehackte Petersilie
- Saft von ½ Zitrone

ZUM GARNIEREN

- Petersilie (*gehackt*)
- Parmesan (*gerieben*)

- 1 Sardellen samt Öl in einem Topf bei mittlerer Hitze erwärmen, Knoblauch zugeben. Einige Minuten braten, bis sich die Sardellen langsam auflösen und der Knoblauch leicht Farbe bekommt.
- 2 Thunfisch in einem Sieb abtropfen lassen. Mit Oliven und Kapern zu den Sardellen geben und kurz mitbraten, mit passierten Paradeisern aufgießen und mit Zimt würzen. Sauce ca. 30 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen, bis sie etwas eindickt. Gelegentlich umrühren.
- 3 Währenddessen Nudeln nach Packungsanweisung kochen. Eine Tasse (ca. 150 ml) Nudelwasser auffangen und beiseite stellen.
- 4 Petersilie und Zitronensaft in die Sauce rühren. Nudeln zugeben und unterrühren. Wenn die Sauce zu stark eingekocht ist, eventuell etwas vom Nudelwasser zugeben.
- 5 Mit gehackter Petersilie und Parmesan bestreut servieren.

WEINTIPP

Hierzu passt ein Wein mit
Charme, Frucht, Frische
und Würze, wie etwa ein
Rosalia DAC Rosé.

TIPPS

- Keine Angst vorm Zimt in der Sauce. Man bemerkt ihn nicht direkt, er sorgt nur dafür, den Geschmack der Paradeiser hervorzuheben und die Sauce besonders vollmundig zu machen. Ein absoluter Geheimtipp!
- Wenn es ganz schnell gehen muss, nehme ich einfach TK-Petersilie und spare mir das Kleinhacken.



Pasta Puttanesca



Cremige One-Pot-Pasta mit Brokkoli

Ich glaube, dass viele Brokkoli nur deshalb nicht mögen, weil sie ihn nicht gut zubereitet kennen. Knackig muss er sein, leuchtend grün und in guter Gesellschaft (etwa Käse und Zitronenzesten). Ich esse ihn übrigens so gerne, dass mir ein Ex-Freund sogar mal Brokkoli-Ohrringe schenken wollte (ernstgemeint, Hilfe!). Lieber als am Ohr habe ich ihn in meiner Pasta, die noch dazu so unkompliziert und schnell geht, dass sie sich selbst an den stressigsten Tagen locker ausgeht.

— Susanne



WEINTIPP

Grüner Veltliner kräftig: Er kann mit seiner reifen Frucht brillieren und lässt doch der Pasta die Lebendigkeit.

4 PORTIONEN ZUBEREITUNG: 15 Minuten

1 großer Brokkoli (*ca. 600 g*)
4 Knoblauchzehen
100 g Parmesan
350 g kleine Pasta (*z. B. Penne, Orecchiette, Farfalle*)
120 g griechisches Joghurt
2 EL Olivenöl
2 TL Salz
1 Liter Wasser
1 Handvoll TK-Erbsen
Abgeriebene Schale von $\frac{1}{2}$ Bio-Zitrone
 $\frac{1}{2}$ Bund Basilikum (*optional*)

Salz, Pfeffer, Chiliflocken

TIPPS

- Je kleiner die Nudeln, desto kürzer die Kochzeit. Wer zu etwas größeren Nudeln (bzw. zu jenen mit einer Kochzeit um bzw. ab 10 Minuten) greift, gibt den Brokkoli erst nach 5 Minuten hinzu, um zu verhindern, dass dieser zu weich wird.
- Für Käsefans: Eine über der Pasta zerzupfte Burrata ist das Tüpfelchen auf dem i.

- 1 Brokkoli in Röschen teilen. Eventuelle holzige Stellen am Brokkolistamm wegschneiden bzw. schälen. Stamm in ca. $\frac{1}{2}$ cm große Würfel schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Parmesan reiben.
- 2 Brokkoliröschen und -stamm, Knoblauch, Pasta, Joghurt, Olivenöl und Salz in einen Topf geben. Mit Wasser aufgießen und zum Kochen bringen. Laufend umrühren, damit nichts am Boden haften bleibt. Sobald die Nudeln al dente sind, vom Herd ziehen. Die Hälfte des Käses, Erbsen, Zitronenschale und (falls verwendet) Basilikumblätter unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Mit restlichem Parmesan bestreuen.

Grammeltascherl auf Gabelkraut

In einem vorherigen Leben muss ich Italiener gewesen sein, sonst wäre die Liebe zur Pasta nicht so groß. Aber auch zur heimischen Teigwarenküche fühle ich mich sehr hingezogen: Diese Nudelteigtascherl sind ein Klassiker meiner privaten Rezept-sammlung, den ich Ihnen auf keinen Fall vorenthalten will!

— Wolfgang



6 PORTIONEN **ZUBEREITUNG:** ca. 1 ½ Stunden **ZUM RASTEN:** ca. 30 Minuten

TEIG

300 g griffiges Mehl
9 Dotter
1 TL Salz
3 EL Olivenöl
60 ml Wasser

FÜLLE

150 g Lauch
2 kleine Knoblauchzehen
300 g Grammeln
2 EL Öl
3 EL Majoran (*gehackt*)

GARNITUR

400 ml Schweinsbratensaft (*siehe Tipp*)
2 EL Schnittlauch (*geschnitten*)

GABELKRAUT

2 Pkg. Sauerkraut (*Füllgewicht je 500 g*)
100 g Zwiebeln
40 g Schweineschmalz
800 ml Gemüsesuppe
1 Lorbeerblatt
6 Pfefferkörner
5 Wacholderbeeren

Salz, Pfeffer, Mehl, Eiklar (zum Bestreichen)

- 1 Für den Teig alle Zutaten glatt verkneten. Teig in Frischhaltefolie wickeln und bei Zimmertemperatur ca. 30 Minuten rasten lassen.
- 2 Sauerkraut in ein Sieb leeren, kurz mit kaltem Wasser spülen und gut ausdrücken. Zwiebeln schälen und klein würfeln, in Schmalz hell anschwitzen, Suppe zugießen und aufkochen. Kraut untermischen, Lorbeerblatt, Pfefferkörner und Wacholderbeeren zugeben und das Kraut zugedeckt ca. 40 Minuten dünsten.
- 3 Für die Fülle Lauch längs halbieren, waschen und in ca. 0,5 cm große Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Grammeln hacken. Grammeln und Lauch in Öl anrösten, mit Salz, Pfeffer und Knoblauch würzen. Majoran einrühren. Mischung umfüllen und auskühlen lassen.
- 4 Teig halbieren, eine Hälfte davon auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen, in der Größe von 32 x 32 cm zuschneiden, dann in 16 ca. 8 x 8 cm große Quadrate schneiden.
- 5 Die Hälfte der Fülle in Häufchen längs in die Mitte der Quadrate setzen. Teigränder dünn mit Eiklar bestreichen, Teigstücke über die Fülle zu Rechtecken falten und an den Rändern gut zusammendrücken. Diesen Vorgang mit übrigem Teig und Fülle wiederholen.
- 6 Reichlich Salzwasser aufkochen, Tascherl darin ca. 8 Minuten kochen. Parallel dazu Bratensaft aufkochen. Tascherl herausheben, abtropfen lassen, mit dem Kraut anrichten, mit wenig Bratensaft übergießen und mit Schnittlauch bestreut servieren.

WEINTIPP

Ein reifer, ausgewogener und nicht zu tannin-betonter St. Laurent aus der Thermenregion harmoniert zu diesem Gericht.

ALTERNATIVE

Sollte kein Schweinsbratensaft zur Verfügung stehen, kann man stattdessen z.B. aufgekochte „Bratlöffln“ verwenden.

NOCH MEHR GESCHMACK

Besonders fein schmecken die Tascherl, wenn man sie gleich nach dem Kochen gut abgetropft mit dem Bratensaft vermischt und vor dem Anrichten darin kurz ziehen lässt.





Kürbis-Nudelpfanne mit Selchfleisch

Ich liebe den Herbst! Diese Nudelpfanne ist mein absolutes Lieblingsgericht, wenn es draußen kühler wird. Die Farfalle und der Kürbis bilden die Basis, das Selchfleisch und die Paradeiser machen das Gericht richtig g'schmackig. Ein Gericht zum Wohlfühlen für die ganze Familie!

— Kerstin



4 PORTIONEN ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

- 1 kg Kürbis
200 g Karotten
400 g Selchfleisch (*geräuchert, essfertig*)
4 Jungzwiebeln
1 EL Olivenöl
2 Dosen Paradeiser (800 g; *ganz, geschält*)
1 EL Paprikapulver (*edelsüß*)
½ EL Tomatenmark
250 g Farfalle
50 g Butter
50 g Milch

Salz, Pfeffer, Haselnüsse, Feta

TIPPS

- Bei besonders großem Hunger empfehle ich, auch Kichererbsen oder Bohnen unterzurühren.
- Wenn es schnell gehen muss, erspare ich mir gerne das Kürbisschälen: Beim Hokkaido ist die Schale zum Verzehr geeignet und kann mitgekocht werden.

1 Kürbis halbieren, schälen, entkernen, grob raspeln, salzen und ziehen lassen. Karotten putzen und schälen. Selchfleisch und Karotten in kleine Würfel schneiden. Jungzwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden, eine Hand voll für die Dekoration beiseitelegen.

2 Öl in einer Pfanne erhitzen, Jungzwiebeln darin anbraten. Selchfleisch und Karotten zugeben und mitrösten. Paradeiser mit der Hand zerdrücken und mit Paprikapulver und Tomatenmark zugeben. Alles ca. 10 Minuten bei mittlerer Hitze garen lassen.

3 Farfalle in Salzwasser al dente kochen.

4 Kürbisraspel fest ausdrücken, zugeben und mitköcheln, bis eventuell austretende Flüssigkeit verdampft ist.

5 Butter und Milch unterrühren. Farfalle zugeben, durchmischen, salzen und pfeffern.

6 Nudelpfanne mit restlichen Jungzwiebeln, Haselnüssen und zerbröseltem Feta bestreut servieren.

WEINTIPP

Dieses Gericht verlangt einen kräftigen, körperreichen Leithaberg DAC Chardonnay als Partner.

Durch den einzigartigen Gruppenzusammenhalt zu einer noch bewussteren Work-Life-Balance.



weight friends: ein Weg zur gesunden Gewichtsreduktion und verbesserten Lebensqualität

In der heutigen Zeit, in der Gesundheit und Wohlbefinden immer wichtiger werden, hat das österreichische Familienunternehmen weight friends eine herausragende Rolle übernommen. Mit einem klaren Fokus auf die Gewichtsreduktion durch gesunde Ernährung, strebt das Unternehmen danach, die Lebensqualität seiner Mitglieder zu steigern. Doch weight friends geht über das rein körperliche hinaus und legt ebenso besonderen Wert auf die mentale Gesundheit seiner Mitglieder.

Bemerkenswerte Merkmale des weight friends Programms sind sein frauen- und familienfreundlicher Ansatz und die Möglichkeit, dieses einfach in den Alltag der Mitglieder zu integrieren, was die Chancen auf einen langfristigen Erfolg erhöht. Auch online und digital stehen dir weight friends zur Verfügung. Egal, ob eine Betreuung per Mail oder per Videoanruf, hier ist für jeden etwas dabei!

Eine Vielzahl von Veränderungen wird durch das weight friends-Programm angestoßen. Neben der offensichtlichen Gewichtsreduktion berichten Mitglieder von einem gesteigerten Lebensgefühl und einem positiven Körpergefühl. Das Programm wird nicht nur als effektiv, sondern

auch als perfekt auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten wahrgenommen.

Es fördert einen bewussteren Umgang mit Lebensmitteln und führt durch die individuell abgestimmte gesunde und ausgewogene Ernährung zu einer Ernährungsumstellung und einem verbesserten körperlichen Wohlbefinden.



Ein Eckpfeiler des weight friends-Ansatzes sind die wöchentlichen Gruppentreffen. Diese dienen nicht nur dem Austausch unter den Mitgliedern, sie sind ebenso eine Quelle kontinuierlicher Motivation. Die individuelle Betreuung und laufendes Feedback durch geschulte Fachkräfte zeigen die Flexibilität des Programms auf verschiedenen Ebenen. Ein umfangreiches Angebot an Schulungsmöglichkeiten in den Bereichen Ernährung, mentales Training und Bewegung unterstreicht die Vielseitigkeit des Programms.

Die wöchentlichen Kurse fungieren nicht nur als Wissensquelle, sondern auch als Informationszentrum für aktuelle Entwicklungen im gesamten Land. Sie bringen

In Kooperation mit

weightfriends[®]



Mitglieder auf den neuesten Stand und fördern den interregionalen Austausch. Diese dynamische Herangehensweise hat nicht nur positive Auswirkungen auf die Mitglieder, sondern bietet auch den Trainierinnen und Trainern die Möglichkeit, Menschen auf ihrem Weg zu begleiten und zu unterstützen.

Resultate dieser Bemühungen sind ein aktiverer Lebensstil, gesteigerte Bewegung und eine erhöhte Freude am Leben. Ein verbessertes Körpererfühl führt zu gestärktem Selbstbewusstsein, während unerwartete Komplimente den Selbstwert steigern. Eine beachtliche Gewichtsabnahme wird von weight friends garantiert, und die Freiheit, die das Programm bietet, ist beachtenswert.

Ein beeindruckendes Merkmal des Programms ist die hohe Erfolgsquote. Denjenigen, die dem Programm treu bleiben, wird eine lebenslange kostenlose Betreuung als Dauermitglied angeboten.

Zentrales Ziel des weight friends-Programms ist die Erreichung einer bewussten Work-Life-Balance, die besonders durch den Zusammenhalt in der Gruppe gefördert wird. Die Zeit bei weight friends wird zu einer Oase des Wohlbefindens, in der Mitglieder sich Zeit für sich selbst nehmen können.

Insgesamt hat weight friends eine bemerkenswerte Plattform geschaffen, die nicht nur auf Gewichtsreduktion abzielt, sondern auf eine umfassende Verbesserung der Lebensqualität durch gesunde Ernährung, Bewegung, mentales Training und sozialen Austausch in den wöchentlichen Gruppentreffen.

Dieses österreichische Familienunternehmen hat nicht nur eine außergewöhnliche Erfolgsbilanz, sondern auch das Potenzial, das Leben seiner Mitglieder nachhaltig zu bereichern.

Denn Freunde machen das Leben leichter!



Ich fühle mich besser, gesünder und fitter!



Ich kann essen, was ich will.



weightfriends[®]

schlank werden, schlank bleiben

www.weightfriends.at

DIE
BESTEN
POMMES

Wo (angeblich) alles begann

Der Geburtsort von Pommes frites ist bis heute umstritten, was unter anderem daran liegt, dass früher mit dem Begriff auch andere Zubereitungsarten beschrieben wurden. Der erste, der 1838 klassische Fritten auf einem belgischen Jahrmarkt angeboten hat, soll ein Bayer namens Monsieur Fritz gewesen sein, der in Paris kochen gelernt hatte. Deutschland, Frankreich, Belgien? Für die Belgier steht fest, dass sie die „frieten“ erfunden haben. Die typisch belgischen Pommes frites haben eine dicke, knusprige Textur und werden oft mit einer Vielzahl von Saucen serviert. Ein Besuch bei Maison Antoine, dem berühmtesten Imbissstand Brüssels, in dem seit 1948 die angeblich besten Pommes der Stadt serviert werden, erschwert es einem, den Belgieren in der Herkunftsfrage keinen Glauben zu schenken.

„Die Perfektion von Pommes frites liegt in ihrer Einfachheit. Die richtige Erdäpfelsorte, das richtige Öl und die richtige Temperatur sind der Schlüssel.“

GORDON RAMSAY

Die idealen Erdäpfel

Während sich in England die rotschalige Sorte Maris Piper größter Beliebtheit in der Zubereitung der berühmten „Chips“ erfreut und die Belgier zur Sorte Pintje greifen, ist es in Österreich die Sorte Agria, die von vielen Restaurants verwendet wird. Sie ist aufgrund ihres hohen Stärkegehalts besonders gut für die Zubereitung von Pommes frites geeignet. Sollten Sie diese heimische Sorte nicht finden, können Sie auch jede andere mehlige Erdäpfelsorte verwenden.

Von Öl bis Schale

Raffiniertes Erdnussöl mit einem Rauchpunkt von 230 °C ist optimal für das Frittieren. Auch Traubenkernöl (216 °C) oder raffiniertes Rapsöl (200 °C bis 230 °C) eignen sich sehr gut. Beim Salz gilt die Regel: je dünner die Stifte, desto feiner das Salz. Grobes Meersalz (z.B. Maldon) haftet sehr gut auf dicken Pommes, feines Meersalz ist besser für dünne Erdäpfelstifte geeignet. Mittlerweile gibt es auch unzählige „Pommes Salz“-Varianten zu kaufen, die meist aus Salz, Paprikapulver und getrockneten Kräutern bestehen. Klassisch werden die Erdäpfel für Pommes übrigens geschält, das sorgt für eine gleichmäßige Bräunung und Textur nach dem Frittieren. Für rustikalen Geschmack und mehr Biss kann die Schale jedoch auch drangelassen werden.

Doppelt hält besser

So unterschiedlich die Herangehensweise von Profiköchen, Imbissbuden und Fast-Food-Ketten auch ist, so gesichert ist, dass Pommes doppelt frittiert am besten schmecken. Dafür werden die Erdäpfelstifte gewaschen, gut getrocknet und für einige Minuten bei 180 °C ausgebacken. Danach sollten die Pommes fast durchgegart sein, aber keine Farbe angenommen haben. Darauf folgt ein zweites Bad im 180 °C heißen Öl, das dazu dient, die Hülle goldgelb und knusprig zu bekommen.

Pommes frites gehören zweifellos zu den beliebtesten Beilagen der Welt. Goldbraun ausgebacken, je nach Vorliebe entweder dünn gestiftelt oder dick geschnitten, mit oder ohne Schale und ordentlich gesalzen. Während sie früher das Highlight beim Schwimmbadbesuch oder im Fast-Food-Restaurant waren, findet man Pommes heutzutage auch auf Speisekarten gehobener Restaurants. Wir verraten, wie Sie die besten Pommes auch zu Hause hinbekommen.

Text: Melisa Hadzic

Was gibt's dazu?

Pommes pur sind immer eine gute Wahl. Braucht es da überhaupt noch etwas dazu? Ketchup geht natürlich immer, in Deutschland darf sich auch noch gerne Mayonnaise zur berühmten „Pommes Schranke“ gesellen. Seit rund fünf Jahren sind aber vor allem Trüffelpommes der Hit schlechthin. Dafür werden Pommes frites mit Trüffelöl oder Trüffelbutter gewürzt, oft kommt noch ein Berg aus fein geriebenem Parmesan oben drauf. Mit frischem Trüffel behobelt wird es extra-chic. Mittlerweile findet man Trüffelpommes in so gut wie jedem hippen Lokal und sogar an ausgestorbenen Würstelständen wie etwa dem „Alles Wurscht“ in der Wiener Innenstadt. Weitere Kombinationen mit Zutaten wie Käsesauce, Kimchi oder knusprigem Speck werden häufig als „Dirty Fries“ angeboten.



Foto: XO Grill

GUSTO-Liebling: die Pommes frites im XO Grill in Wien. Die goldbraun ausgebackenen Fritten werden mit hausgemachter „Joppie Sauce“ (einer aus den Niederlanden stammenden Sauce aus Mayonnaise, Zwiebeln und Curry) übergossen und mit einem Berg frisch gehackter Kräuter und Sesam getoppt. Die Kombination aus Dille und Petersilie harmoniert hervorragend mit den knusprigen Erdäpfeln und bekehrt jeden, der sonst bei Dille die Nase rümpft.

Wie es die Profis machen

HESTON BLUMENTHAL: DIE ULTIMATIVEN POMMES

Der britische Spitzenkoch ist für seinen wissenschaftlichen Zugang in der Küche bekannt, der ihm drei Sterne für sein Restaurant „Fat Duck“ eingebracht hat. Blumenthals wirkliches Meisterwerk sind jedoch seine „triple cooked chips“. Ein einfacher Erdapfel, der drei Mal mit unterschiedlichen Methoden gegart und zwischendurch sogar zwei Mal gekühlt wird, machte ihn bereits 1992 zum Pionier in Sachen Pommes frites.

Für Blumenthals perfekte Pommes werden mehlige Erdäpfel in gleichmäßige, dicke Stifte geschnitten und zuerst in Wasser eingelegt, um die austretende Stärke zu entfernen. Danach werden sie für ca. 20 Minuten in gesalzenem, siedendem Wasser gekocht, bis sie fast auseinanderfallen. Auf einem Gitter ausgebreitet wandern die Stifte für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank, bevor sie ca. fünf Minuten lang ein Fettbad bei exakten 130 °C nehmen dürfen. Die Pommes sollten danach goldig sein, aber noch keine Farbe annehmen. Anschließend werden sie komplett abgekühlt. Der Prozess kann etwas beschleunigt werden, indem die Pommes für eine Stunde in den Tiefkühler wandern. Jetzt nur noch (haha!) ein letztes Mal ins 180 °C heiße Öl und in ca. sieben Minuten sind die goldbraun frittierten Pommes fertig. Klingt aufwändig? Ist es auch! GUSTO-Redakteurin Melisa hat sich im Urlaub an dieses Experiment gewagt und musste dafür fünf Stunden in der elterlichen Outdoor-Küche stehen. Würde sie es wieder tun? „Tausendprozentig! Das waren die besten Pommes meines Lebens!“

Das Video zu Blumenthals Zubereitung hat auf YouTube übrigens 3,68 Millionen Klicks, Sie finden es unter „Heston's perfect chips“.



POPPY O'TOOLE: POMMES AUS DEM AIRFRYER

Besser bekannt unter @poppy_cooks auf TikTok und Instagram, erlangte die ehemalige Profiköchin während der Pandemie als „Potato Queen“ Berühmtheit. Ihre Videos zu den geschichteten „15-hour-potatos“ erreichten insgesamt über 30 Millionen Aufrufe. Heute konzentriert sich O'Toole auf das Kochen im Airfryer und zeigt in einem ihrer Videos, wie man ganz einfach knusprige Pommes machen kann: Erdäpfel in mitteldicke Stifte schneiden, mit Öl und Salz marinieren und bei 180 °C in die Heißluftfritteuse schieben. Nach 15 Minuten werden die Pommes einmal durchgeschüttelt und für weitere 15 Minuten gebacken. Das Ergebnis überzeugt mit viel Crunch und einer geringen Menge Öl.

GORDON RAMSAY: POMMES AUS DEM ROHR

Eine gesündere Alternative zu frittierten Pommes sind jene von Gordon Ramsay. Dafür werden mehlige Erdäpfel in 1 x 1 cm dicke Stifte geschnitten, drei Minuten in Salzwasser gekocht und wandern danach mit Öl benetzt für 15 bis 20 Minuten bei 250 °C ins Backrohr. Herauskommen sie nach mehrmaligem Wenden bestechend knusprig.

woman BEAUTY Salon Privé



Der Wert
des Schönen.

QR-Code scannen



Ticket kaufen

10. & 11. November

Palais Coburg, Wien

Jetzt streng limitiertes Ticket sichern.

Alle Infos auf salon-prive.at

Diese und viele weitere Luxus-Marken erwarten dich



REIPS
YIPPIE



Reisfleisch mit Erbsen

Die Schwestern Emma und Greta haben uns in der GUSTO-Küche einen Besuch abgestattet und mit viel guter Laune für die GUSTO-Redakteure, aber auch für ihre Eltern ein köstliches Reisfleisch gezaubert!

Fotos: Barbara Ster Rezept: Charlotte Cerny

Bestes
Reisfleisch
ever: mit
Bio-Zutaten
und ganz viel
Liebe gekocht!



GUT ZU WISSEN

Ja! Natürlich Bio-Reis aus dem Burgenland

Seit acht Jahren erntet Erwin Unger im Seewinkel Bio-Reis für Ja! Natürlich. Der Bio-Bauer setzt auf Trockenanbau, flutet die Felder nicht, so entstehen keine Fäulnisbakterien, die Methangas freisetzen. Die Bio-Reissetzlinge werden zeitig im Frühjahr herangezogen und im Mai im Freiland ausgesetzt. Nach mehrmonatiger Kultur durch den Sommer hindurch und mehrmaliger Bewässerung wird der Reis im Herbst geerntet, danach getrocknet und entspelzt. Drei Sorten Bio-Reis baut Erwin Unger an: Weißen, Roten und Schwarzen, letzteren bezeichnet er mit einem Augenzwinkern als Seewinkler Kaviar.

EMMA & GRETA

Die Schwestern sind ein eingespieltes Küchenduo und haben in der GUSTO-Küche so viel Freude versprührt, dass wir sie am liebsten gleich als Redaktionsköchinnen engagiert hätten :) Was leider nicht geht, weil die beiden ganz schön viele andere Hobbies haben: Die achtjährige Emma ist eine talentierte Akrobatin und singt, spielt Gitarre, malt, tanzt und schwimmt gerne. Die fünfjährige Greta liebt es skizufahren, spielt Tennis und ist gerne mit ihrem Fahrrad unterwegs. Außerdem ist sie eine richtig tolle Bastlerin und Bäckerin!





6 PORTIONEN

ZUBEREITUNG: ca. 30 Minuten

1 große Zwiebel
2 Knoblauchzehen
500 g Hühnerfleisch
2 rote Spitzpaprika
2 EL Bratöl
2 EL Paprikapulver (*edelsüß*)
1 EL Tomatenmark
2 TL Petersilie (*gehackt*)
600 ml Hühnersuppe
350 g weißer Reis
200 g TK-Erbsen

DEKO

1 EL Petersilblättchen

Salz, Pfeffer

- 1 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Fleisch klein schneiden. Paprika putzen und würfeln.
- 2 Zwiebel im Öl ca. 5 Minuten glasig anschwitzen. Knoblauch zugeben und kurz mitrösten. Fleisch und Paprika zugeben und anbraten. Paprikapulver, Tomatenmark und Petersilie unterrühren und kurz anrösten.
- 3 Mit einem Schuss Hühnersuppe ablöschen und einkochen lassen. Reis zugeben. Mit der restlichen Suppe aufgießen. Erbsen zugeben. Reisfleisch zugedeckt ca. 15 Minuten schwach köcheln lassen, bis der Reis gar ist. Gelegentlich umrühren.
- 4 Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Petersilie garnieren. Dazu passt ein grüner Salat.



Gibt es jemanden, der Gebackenes nicht mag? Kaum vorstellbar! Für Küchenchef Eddi Dimant ist alles, was knuspert und kracht, die Art von Essen, die der Seele gut tut. Weshalb der Mochi-Mitbegründer ein ganzes Kochbuch rund um das Thema gemacht hat. Ordentlich crispy, mit richtig viel Crunch.

Rezepte: Eddi Dimant **Fotos:** Vanessa Maas/Brandstätter Verlag **Interview:** Susanne Jelinek

Die Sushi-Rolls des Mochi sind legendär. Wer allerdings das Wiener Restaurant (oder eines seiner Co-Lokale) verlässt, ohne dass es beim Zubeißen zumindest einmal so richtig gekracht hat, der hat etwas verpasst. Denn die wahre Leidenschaft von Küchenchef Eddi Dimant ist Essen, das ordentlich knuspert. Seit 11 Jahren sorgt der in Tel Aviv geborene Berliner mit Klassikern wie Crispy Calamari, Tori Karaage oder Korean Fried Cauliflower für Glücksgefühle bei Fans von Gebackenem. „Der Schüler ist zum Crunch-Meister geworden“, stellt auch Dimants ehemaliger Chef, der Berliner Szenegastronom The Duc Ngo, neidlos fest. Dabei muss zwar nicht immer alles frittiert werden (auch ein knackiger Salat hat das Zeug zum Knuspern), sobald aber heißes Fett ins Spiel kommt, ist Dimant nicht zu halten. Wir haben mit ihm zum Erscheinen des neuen Kochbuchs „Crispy & crunchy“ über gebackene Seelenstreichler geplaudert und dürfen vier von Dimants Lieblingsrezepten (inklusive seinem All-Time-Favoriten) verraten.



Woher kommt Ihre Vorliebe für Gebackenes?

Knuspriges und Frittirtes transportieren einen Geschmack, der allen gefällt. Und mir ganz besonders. Es befriedigt einen. Man kennt das vom Chips Essen: dieses Knacken beim Essen und das leicht Fettige, das einfach glücklich macht.

Was für eine Rolle spielt Frittirtes in der japanischen Küche?

Es gibt dort eine Menge Tempura- und Karaage-Restaurants, es wird also sehr viel ausgebacken. Man muss sich das so vorstellen: In Japan ist es nicht so wie in Europa, wo du in ein Lokal gehst und dort alles bekommst. Die Japaner spezialisieren sich auf eine Sache, in der sie Perfektion erreichen wollen. In dem einen Restaurant bekommst du also nur Ramen, im nächsten nur Sushi. Und in manchen wird eben perfekt frittirt. Tempurateig ist da ein wirklich großes Thema. Du hast außen eine knusprige Hülle, Geschmack und Vitamine von Fisch, Fleisch und Gemüse bleiben im Inneren aber erhalten. In Japans Küche ist das sehr wichtig: Egal, was du tust,

das Aroma der Produkte darf nicht verloren gehen, es sollte von jedem Zubereitungsschritt gefördert werden.

Die Wörter Frittieren und Vitamine kommen auch nicht allzu oft in einem Satz vor, obwohl letztere ja nicht wasserlöslich sind und somit tatsächlich nicht ins Fett übergehen ...

Ich verwende den Begriff Frittieren ehrlicherweise gar nicht so gerne, weil er bei vielen negativ besetzt ist. Aber ja, viele verbinden mit dem Herausbacken an sich nichts Gesundes. Dabei ist es ähnlich wie bei Schokolade oder Alkohol: Was man in Maßen tut, ist nicht ungesund. Man darf es einfach nicht übertreiben. Mir persönlich ist es etwa enorm wichtig, dass Essen befriedigt. Und das tut Gebackenes wie kaum etwas anderes. Wenn es die Seele glücklich macht, dann geht es dem Körper auch gut damit.

Backen Sie auch in Ihrer privaten Küche viel heraus?

Wenn ich nicht arbeite, kuche ich sehr gerne für meine Kinder, und ja, da gibt es auch gerne mal etwas Gebackenes, etwa Chicken Wings. Die lieben sie. Ich verwende zu Hause übrigens keine Fritteuse, sondern einfach einen großen Topf. Ich habe allerdings einen Thermometer, um zu sehen, welche Temperatur das Öl hat. Die optimale Temperatur macht viel aus.

Was machen Sie mit den Ölmengen, die dabei anfallen?

Ich verwende das Öl öfter als nur einmal. Das kommt in kleine Gläser und wird dann wieder eingesetzt. Wenn es beim Frittieren schaumig wird und sich Luftblasen

→



Noch mehr Knusper gibt es in
CRISPY & CRUNCHY
Mochi
Brandstätter Verlag, € 35,-

bilden oder das Öl sehr dunkel wird, dann entsorge ich es. Ich würde auch nichts Vegetarisches in einem Öl ausbacken, in dem ich etwa bereits einen Fisch gebacken habe.

Was halten Sie von Heißluftfritteusen, die gerade sehr angesagt sind?

Ich habe damit noch nicht gearbeitet. Manche meiner Freunde verwenden sie, aber es kommt meiner Meinung nach nicht das gleiche Ergebnis wie beim Herausbacken mit Öl heraus. Ich finde auch, dass Pommes im Backrohr nie die gleiche Knusprigkeit erreichen. Es braucht für mich einfach Fett und sehr hohe Temperaturen.

Was ist Ihr absoluter Lieblings-Knusper?

Meine ganze Familie liebt Panko-Panier. Die Brösel werden aus Weißbrot ohne Rinde gemacht. In der japanischen Küche werden sie frisch heruntergehobelt, in Europa gibt es sie getrocknet. Panko ähnelt unseren Semmelbröseln, ist aber größer. Es wird beim Frittieren knuspriger, weil durch die Grobheit der Brösel die Oberfläche viel größer ist.

Sie lieben Gebackenes mit Sauce – etwas, das bei vielen in Österreich verpönt ist ...

Ja, ja, das viel besagte „Schnitzel mit Tunke“ der Deutschen. Stimmt, das ist für manche hier ein Reizthema. Aber Schnitzel mit Pilzrahmsauce ist einfach eines meiner Highlights. Die Kombination aus Knusprigem und Sauce ist auch in der japanischen Küche das Non-Plus-Ultra. Genau genommen ist es ja auch in Österreich so, dass viele gerne eine Preiselbeersauce zum Schnitzel essen. Oder das Ketchup, das Kinder dazu lieben. Meiner Meinung nach ist ein Saucen-Element zu Gebackenem ein Muss, auch wenn das manche nicht verstehen.

Weicht das nicht zu sehr die Kruste auf?

Ja, es weicht die Kruste leicht auf, aber Panko nimmt zum Beispiel das Saftige besser auf. Man hat dann das Beste aus zwei Welten. Wobei man Speisen mit den beiden Komponenten natürlich nicht ewig stehen lassen sollte, damit schon noch ordentlicher Crunch da ist. Cornflakes, die in der Milch weich werden, mag ich etwa gar nicht. Das hat eine unangenehme Konsistenz. Es sollte eher so sein, als würdest du ein Croissant in den Kaffee eintauchen und dann sofort abbeißen.

Haben Sie ein ultimatives Lieblingsgericht?

Es geht wirklich gar nichts über ein Katsu Sando (siehe S. 86). Ein gebackenes Schweinsschnitzel zwischen zwei Sando-Brötchen, darauf frisch geschnittenes Weißkraut. Das ist so schön saftig, mein absoluter Liebling.

Gibt es etwas, was man nicht herausbacken sollte?

Du kannst Eis frittieren, du kannst Schokolade herausbacken – es gibt eigentlich nichts, was nicht geht. Wobei ... wovon ich die Finger lassen würde, sind Gummibärchen. Die können gebacken fix nichts.





DIRTY WINGS

CHIKINWINGUSU · CHIRI ·
KORIANDĀ

チキンウィングス
チリ・コリアンダー

4 PORTIONEN

WINGS

450 g Hühnerflügel
ausreichend Öl zum Frittieren
Kartoffelstärke zum Wenden
20 g Koriander
Fleur de Sel

SWEET 'N' SPICY SAUCE

1 Knoblauchzehe
10 g Gochugaru (*scharfe koreanische Chiliflocken*)
40 g Gochujang (*koreanische rote Chilipaste*)
40 g Sojasauce
15 g dunkles Sesamöl
30 g Zucker
30 g Ahornsirup
60 g Reisessig
Salz
weißer Pfeffer aus der Mühle

- 1 Für die Wings Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen, Hühnerflügel hineingeben und 1 Minute blanchieren. Abtropfen lassen, unter fließend kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen.
- 2 Für die Sauce Knoblauch schälen und fein hacken. Gut mit allen anderen Zutaten verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 3 Öl in einem Topf auf 180 °C erhitzen. Hühnerflügel in Kartoffelstärke wenden, überschüssige Stärke gut abschütteln. Flügel im heißen Öl knusprig frittieren. Herausheben und abtropfen lassen.
- 4 Korianderblätter hacken. Die knusprigen Hühnerflügel in eine Schüssel geben und mit einem Teil der Sauce marinieren. Mit Fleur de Sel würzen, mit Koriander bestreuen und mit der restlichen Sauce zum Dippen servieren.



KATSU SANDO

BURIOSSHU · BUTANIKU · TONKATSU

ブリオッシュ
豚肉・豚カツ

4 PORTIONEN

1 Weißkraut
4 Wasabiblätter (*ersatzweise Rucola*)
80 g japanische Mayonnaise (*siehe Tipps*)
20 g grober Dijonsenf
ausreichend Öl zum Frittieren
400 g Schweinskarree
Fleur de Sel
schwarzer Pfeffer aus der Mühle
Weizenmehl zum Wenden
2 Eier
200 g Panko (*siehe Tipps*)
Shichimi Togarashi zum Würzen (*siehe Tipps*)
8 Scheiben Brioche, Toastbrot oder Milchbrötchen
Butterschmalz zum Anbraten
100 g Tonkatsu-Sauce (*siehe Tipps*)

- 1 Weißkraut und Wasabiblätter in feine Streifen schneiden, mit Mayonnaise und Senf marinieren.
- 2 Öl in einem Topf auf 170 °C erhitzen. Karree in vier Scheiben schneiden, salzen und pfeffern, anschließend im Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abschütteln. Fleisch in den aufgeschlagenen Eiern und Panko wenden. Im heißen Öl goldbraun frittieren. Herausheben und abtropfen lassen. Mit Fleur de Sel und Shichimi Togarashi würzen.
- 3 Brioche in einer beschichteten Pfanne in etwas Butter-schmalz von beiden Seiten goldgelb rösten. 4 Scheiben mit Tonkatsu-Sauce bestreichen. Mit dem knusprigen Schnitzel und dem marinierten Weißkraut belegen und mit den übrigen Brioche Scheiben abdecken. Halbieren und mit der Tonkatsu-Sauce servieren.

GUSTOS JAPANISCHE PRODUKTTIPPS

Tonkatsu-Sauce ist eine dunkle, würzige Dipsauce, die im Asia-Shop oder online fertig gekauft werden kann, allerdings auch einfach aus verschiedenen Zutaten, die viele im Vorratsschrank haben, angerührt werden kann.

Hier geht's zu
GUSTOs Rezept:



Panko sind japanische, etwas gröbere Semmelbrösel, die es mittlerweile in den meisten großen Supermärkten zu kaufen gibt.

Shichimi Togarashi ist DIE japanische Gewürzmischung schlechthin, gemacht aus Noriblättern und sechs verschiedenen Gewürzen von Ingwer bis Szechuanpfeffer. Es ist nur schwer zu ersetzen, wer es aber nicht zu Hause hat, kann mit einem Mix aus Sesam, Chiliflocken und Salz arbeiten.

Japanische Mayonnaise ist im Vergleich zu herkömmlicher Mayonnaise bereits leicht gewürzt und hat eine feine Essignote. Die bekannteste Marke ist Kewpie, sie ist in Asia-Shops und bei Interspar erhältlich.

Kombu ist eine getrocknete Braunalge, die unter anderem beim Kochen von Sushireis verwendet wird. Sie lässt sich nicht durch andere Algen ersetzen und ist in Asia-Shops erhältlich.

CRISPY SPICY SALMON ROLL

SĀMONTARUTARU · CHIRI MAYO

サーモンタルタル
チリ・マヨ

1 ROLLE

40 g Gurke
1 Avocado
80 g Lachsfilet
2 EL Chilimayonnaise (*siehe unten*)
1 Noriblatt
90–100 g gekochter, mariniertes Sushireis
(*siehe unten*)
ausreichend Öl zum Frittieren
Tempurateig (*siehe unten*)
ca. 60 g Panko (*siehe Tipps S. 87*)
Shichimi Togarashi zum Bestreuen
(*siehe Tipps S. 87*)

- 1 Gurke in Streifen, Avocado in dünne Scheiben schneiden. Lachs in sehr feine Würfel schneiden und mit Chilimayonnaise vermischen.
- 2 Eine Bambusmatte mit Frischhaltefolie einschlagen und das Noriblatt mit der glänzenden Seite nach unten darauflegen. Reis mit befeuchteten Fingern in die Mitte des Noriblatts geben. Von der Mitte nach außen drücken und den Reis gleichmäßig auf dem gesamten Blatt verteilen, dabei unten und oben einen schmalen Rand frei lassen. Umdrehen, sodass nun das Noriblatt oben liegt. Noriblatt mit Gurke und Avocado belegen und aufrollen.
- 3 Öl in einem Topf auf 180 °C erhitzen. Sushirolle durch den Tempurateig ziehen und in Panko wenden. Im heißen Öl goldbraun frittieren. Herausheben und abtropfen lassen.
- 4 Rolle in 8 Stücke schneiden. Lachstatar darauf anrichten und mit Shichimi Togarashi bestreuen.

ZUSATZREZEPTE

CHILIMAYONNAISE

300 g Mayonnaise
15 g Sriracha
5 g dunkles Sesamöl
Shichimi Togarashi zum Bestreuen
(*siehe Tipps S. 87*)

Mayonnaise mit Sriracha und Sesamöl verrühren und mit Shichimi Togarashi bestreuen.

TEMPURATEIG

100 g Weizenmehl
30 g Kartoffelstärke
15 g Backpulver
200 g eiskaltes Wasser
1 Ei

Mehl, Kartoffelstärke und Backpulver in einer Schüssel vermischen. Wasser und Ei in einer zweiten Schüssel verquirlen, nach und nach unter die Mehlmischung rühren und alles zu einem glatten Teig vermengen. Damit der Teig immer eiskalt ist (= Cruncheffekt), die Schüssel auf Eiswürfel stellen. Der Teig lässt sich maximal 1 Tag aufbewahren.

SUSHIREIS (*ausreichend für 4 Rollen*)

FÜR DEN REIS
500 g Sushireis
500 g Wasser

FÜR DIE MARINADE
85 g Reisessig
40 g Zucker
15 g Salz
10 g Kombu (*siehe Tipps S. 87*)

- 1 Reis in eine Schüssel mit sehr kaltem Wasser geben und mit den Händen durchrühren. Das trübe Wasser abgießen. Diesen Schritt so oft wiederholen, bis das Wasser klar bleibt. So werden Stärke und eventuell vorhandene Dreckpartikel herausgewaschen.
- 2 Reis und Wasser (Verhältnis 1:1) in einem Topf zum Kochen bringen. Hitze reduzieren und den Reis ca. 20 Minuten köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen, Reis ca. 25 Minuten zugedeckt ausquellen lassen.
- 3 Für die Marinade alle Zutaten verrühren und ziehen lassen, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben.
- 4 Eine Hangiri-Schüssel mit einem feuchten Tuch auswischen. Gekochten Reis in die Schüssel geben, die Marinade nach und nach hinzufügen und vorsichtig unterrühren. Dabei darauf achten, den Reis nicht zu zerdrücken. Reis auf Körpertemperatur abkühlen lassen. (Wenn vorhanden, dazu einen Fächer verwenden; so wird der Reis schön glänzend.)
- 5 Eine Holzschüssel mit einem Tuch auslegen und den Reis hineingeben. Tuch über dem Reis zusammenschlagen, um ihn für den späteren Verzehr warm zu halten.

TIPP:

Statt einer Hangiri-Schüssel kann auch eine Plastikschüssel verwendet werden – dann jedoch etwas weniger Marinade zum Reis geben.





FAKE CALAMARI

TAMANEGI · UÍTO ANDO SUPAISHÍ · GOMA

玉ねぎ
スイート&スパイシー
ごま

4 PORTIONEN

2 große weiße Zwiebeln

50 g Weizenmehl

25 g Kartoffelstärke

25 g Maisstärke

5 g scharfes oder süßes Paprikapulver

5 g schwarzer Pfeffer aus der Mühle

5 g Salz

5 g Knoblauchpulver

250 g Buttermilch

ausreichend Öl zum Frittieren

1 Frühlingszwiebel

Fleur de Sel

schwarzer Sesam zum Bestreuen

Sweet 'n' Spicy Sauce (*siehe Seite 85*)

1 Zwiebeln schälen, in 0,5–1 cm dicke Scheiben schneiden und diese in Ringe zerlegen. Mehl, Kartoffel- und Maisstärke in einer großen Schüssel mit je der Hälfte Paprikapulver, Pfeffer, Salz und Knoblauchpulver mischen. Buttermilch in einer großen Schüssel mit restlichem Paprikapulver, Pfeffer, Salz und Knoblauchpulver verrühren.

2 Öl in einem Topf auf 170 °C erhitzen. Zwiebelringe erst in der Mehlmischung wenden, dann in die Buttermilchmischung tauchen. Anschließend noch einmal im Mehl wenden. Im heißen Öl 2–3 Minuten goldbraun frittieren. Herausheben und abtropfen lassen. Frühlingszwiebel in sehr feine Ringe schneiden.

3 Knusprige Zwiebelringe anrichten, mit Fleur de Sel und Sesam bestreuen, mit Frühlingszwiebel garnieren und mit der Sweet 'n' Spicy Sauce servieren.



Für alle, die *nie* was zu Ende

Unrund? Unproduktiv? Unausgeglichen?
Wie wäre es mit mehr Balance?

Jetzt mit neuem Magazin und Podcast, in Form von Events,
mit Newslettern, Kursen und Goodies.

womanbalance.at/world

MAGAZIN • PODCAST
EVENTS • NEWSLETTER
KURSE • GOODIES



VERLIEBT

IN

VANILLE

Egal, ob Sie ihn in Form von Zucker, Pasten oder Schoten verwenden: Vanille garantiert immer süße Wohlfühlmomente.

Rezepte: Charlotte Cerny **Fotos:** Barbara Ster

CRÈME-BRÛLÉE-SCHNITTE

9 STÜCK

ZUBEREITUNG: ca. 1 ½ Stunden

ZUM KÜHLEN: mind. 4 Stunden

BODEN

200 g Butterkekse

100 g Butter (*zerlassen*)

CREME

1 l Milch

5 Dotter

50 g Maisstärke

Mark von 2 Vanilleschoten (*ausgekratzt*)

200 g Kristallzucker

50 g Butter

Butter, Kristallzucker

- 1 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kuchenform (20 x 20 cm) mit Butter ausstreichen und mit zurechtgeschnittenem Backpapier auslegen.
- 2 Für den Boden Kekse fein zerbröseln und mit der Butter vermischen. In der Form verteilen und andrücken. Auf ein Blech stellen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 12 Minuten vorbacken. Herausnehmen und beiseite stellen.
- 3 Für die Creme 200 ml von der Milch, Dotter und Stärke verrühren. Übrige Milch, Vanillemark und -schoten sowie Zucker unter ständigem Rühren aufkochen und vom Herd nehmen. Vanilleschoten entfernen. Heiße Milch unter Rühren zur Dottermasse gießen. Zurück in das Kochgefäß geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren eindicken. Vom Herd nehmen und in eine Schüssel füllen. Butter untermischen. Creme in der Form verstreicheln.
- 4 Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 30 Minuten backen. Die Mitte vom Kuchen soll noch leicht wackelig sein. Kuchen überkühlen lassen und für mindestens 4 Stunden oder über Nacht kühl stellen.
- 5 Schnitte in 9 Stücke schneiden und mit je 1 TL Kristallzucker bestreuen. Mit einem Bunsenbrenner abflämmen.





SAFTIGER RÜHRKUCHEN MIT BRAUNER VANILLEBUTTER

10 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 ½ Stunden

260 g Butter
Mark von 2 Vanilleschoten
(ausgekratzt)
250 g Staubzucker
270 g Eiklar (ca. 8 Stück)
150 g geriebene Mandeln
1 TL Bio-Orangenschale
130 g glattes Mehl
2 TL Backpulver

GLASUR & DEKO
150 g dunkle Kuvertüre
200 ml Schlagobers
1 EL Honig
50 g Mandelsplitter

Butter, Mehl

Wohin mit den Dottern? Wir haben Rezepte und Ideen, wie Sie sie verwerten können:
www.gusto.at/eigelb-verwerten



- 1 Butter schmelzen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten bräunen. Butter durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Es sollten ca. 190 g sein. Vanillemark unterrühren.
- 2 Rohr auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Kastenform (25 x 11 x 7cm) mit Butter ausstreichen und mit Mehl stauben.
- 3 Staubzucker sieben und mit Eiklar verrühren. Mandeln, Orangenschale, Mehl und Backpulver untermischen. Vanillebutter einrühren. Masse in die Form füllen und im Rohr (2. Schiene von unten / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist.
- 4 Herausnehmen und überkühlen lassen. Kuchen aus der Form stürzen und komplett auskühlen lassen.
- 5 Kuvertüre hacken. Obers und Honig aufkochen und über die Kuvertüre leeren. 5 Minuten ziehen lassen und glatt rühren. Kuchen mit der Glasur einstreichen.
- 6 Mandelsplitter in einer trockenen Pfanne goldbraun rösten, herausnehmen und auskühlen lassen. Den Kuchen damit bestreuen.

12 STÜCK ZUBEREITUNG: ca. 1 ½ Stunden

ZUM KÜHLEN: ca. 1 Stunde

VANILLECREME

400 ml Milch
1 Pkg. Vanillepuddingpulver
150 g Staubzucker
100 g weiche Butter

SCHNEEMASSE

5 Eiklar
100 g Kristallzucker
1 Pkg. Vanillezucker
40 g Maisstärke

DOTTERMASSE

2 mittlere Eier
3 Dotter
60 g Staubzucker
60 g glattes Mehl

Staubzucker, Kristallzucker

KARDINAL-SCHNITTE MIT VANILLE-CREME

- 1 Für die Vanillecreme 50 ml von der Milch, Puddingpulver und 50 g vom Zucker verrühren. Übrige Milch aufkochen. Puddingmischung zuleeren, aufkochen und vom Herd nehmen. Abdecken und auskühlen lassen.
- 2 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
- 3 Für die Schneemasse Eiklar und Zuckersorten ca. 5 Minuten steif schlagen. Stärke unterheben. Masse in einen Dressiersack mit Lochtülle (Ø ca. 1 cm) füllen.
- 4 Für die Dottermasse Eier, Dotter und Staubzucker ca. 5 Minuten dick-cremig mixen. Mehl unterheben. Masse in einen Dressiersack mit Lochtülle (Ø ca. 1 cm) füllen.
- 5 Schneemasse der Länge nach in 3 daumendicken Streifen (ca. 2 cm Abstand) auf das Backblech dressieren. Einen größeren Abstand lassen und 3 weitere Streifen (ca. 2 cm Abstand) auf das Blech dressieren. Dottermasse zwischen die Schneestreifen dressieren.
- 6 Temperatur auf 160 °C reduzieren. Schnitte mit Staubzucker bestreuen, im Rohr (mittlere Schiene) ca. 30 Minuten backen. Herausnehmen und auf ein mit Zucker bestreutes Küchentuch stürzen. Backpapier abziehen und die Teigbahnen auskühlen lassen.
- 7 Butter und übrigen Staubzucker ca. 3 Minuten hell-cremig mixen. Pudding löffelweise untermixen. Eine Teigbahn auf den Servierteller legen. Mit der Creme bestreichen. Zweite Teigbahn darauflegen und vorsichtig andrücken. Kardinalschnitte vor dem Servieren für ca. 1 Stunde kühl stellen.

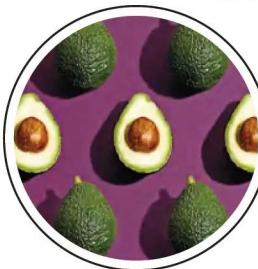


TISCHGESPRÄCH

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

Fotos: Barbara Ster, iStockphoto.com, Unsplash.com

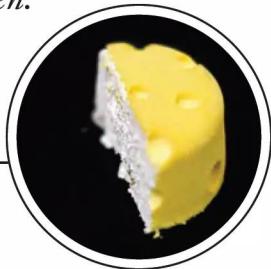
Gibt es etwas, das Sie der Umwelt zuliebe nicht mehr (oder weniger oft) essen?



Was würde in Ihrem eigenen Restaurant fix auf der Karte stehen?



*Käseplatte oder Kuchen:
Mit welcher Nachspeise haben Sie mehr Freude?*



Stört es Sie, wenn Gäste früher kommen als vereinbart?



Von allen Knödeln dieser Welt: Welcher ist Ihr allerliebster?



Welche Musik hören Sie beim Kochen am liebsten?



Was essen Sie, wenn Ihre Seele Futter braucht?



*Das nächste
GUSTO
erscheint am
19. OKTOBER*

BIS BALD ...

... mit heimeligen Ofengerichten und frischen Ideen für Sellerie, gepaart mit persönlicher Inspiration der besten Profiköchinnen & -köche

SIMON
SCHWARZ

VALERY
TSCHEPLANOWA



DER METZGER TRAUT SICH
DIE VERFILMUNG DES KRIMI-BESTSELLERS

SAMSTAG, 07. OKTOBER | 20:15



Weitere Infos bei
ServusTV On

Servus
TV
Einfach gut fernsehen.



AEG

WARUM NICHT MIT ALLEN FREIHEITEN KOCHEN

Die neuen AEG FlexiBridge® XT 2in1 Induktionskochfelder geben dir neue Möglichkeiten in der Küche – von der Planung und Gestaltung bis zum Kochen. Dank integriertem Dunstabzug mit intelligenter Auto-Funktion, individueller Kochzonen-Steuerung und My AEG Kitchen App-Anbindung via WLAN genießt du Freiheiten wie noch nie.

Warum sich also mit einem Kochfeld zufriedengeben, das dir weniger gibt.

FÜR ALLE DIE MEHR ERWARTEN