

Aus Liebe zum Kochen

www.essen-und-trinken.de • 1/2025 • 5,20 €

essen & trinken

*Liebling
Lachs*

Gebraten,
gebeizt,
gedämpft

**SÜSSES MIT
MANDELN**

*Tarte, Mousse
und Baklava*

**FEINE
BRATEN**
VON PUTE,
KALB UND
RIND

**GESCHENKE
AUS DER
KÜCHE**

Gemütliche Festtage

Ganz entspannt feiern – mit original
Schweizer Raclette und genialen Beilagen

Läuft: köstlicher
Käse, Pastrami
und fermentierte
Möhren





Das Gute leben.

Schweizer Käse.

Gemacht, um Menschen zu verbinden.



Schweiz. Natürlich.

Käse aus der Schweiz.

www.schweizerkaese.de





Liebe Leserin, lieber Leser,

ausgerechnet vor Weihnachten wird das Engelshaar knapp. Hier in Hamburg sind in einigen Geschäften nur noch ein paar Reste zu haben – allerdings zum doppelten Preis. Die knusprigen Teigfäden, auch als Kadayif bekannt, sind beliebt wie nie. Sie ahnen vielleicht schon, was dahintersteckt – Dubai-Schokolade. In den sozialen Medien gehypt und bei der Jugend derart begehrt, dass der Preis für die Zutaten in die Höhe schießt. Ein paar Pakete Kadayif hat unser Koch Maik Damerius noch in einem türkischen Lebensmittelgeschäft ergattert. So konnte er seine Version des trendigen mit Pistaziencreme gefüllten Schoko-Riegels entwickeln (Rezept Seite 72). Übrigens das perfekte Geschenk für Kinder oder Enkel im Teenager-Alter. Sie werden Ihnen die selbst gemachte Dubai-Schokolade aus den Händen reißen – und Sie auf Engelsflügeln tragen.

Herzlichst, Ihre

ARABELLE STIEG
Redaktionsleitung

ACHIM ELLMER
Küchenchef

PASTA, WEIN UND KÜCHENTRICKS

Gleich drei neue Rubriken möchten wir Ihnen vorstellen. Statt der „Pizza des Monats“, widmen wir uns ab sofort einer besonderen Pasta. Den Anfang machen handgemachte, mit Eigelb gefüllte Fagottini (Seite 50). Außerdem stellt unser Getränke-Redakteur in jedem Heft eine Weinregion vor – kurz und knapp mit den wichtigsten Infos zu Terroir, Rebsorten und Winzern (Seite 126). Und wer sich für praktische Haushaltstipps interessiert, wird auf unserer Seite mit „Erkenntnissen aus der Küche“ fündig (Seite 111). Viel Spaß beim Lesen.

Neu

Inhalt

22

Gerollt: feiner
Kalbsbraten
mit Liebstöckel-
Füllung

ESSEN

- 8 Saison**
Kiwis werden mittlerweile in Europa angebaut. Wir servieren eine rote Sorte mit Sauerrahmeis und Crumble
- 20 Guten Morgen**
Krusprige Körnerbrötchen im Handumdrehen – weil der Teig einfach über Nacht geht
- 22 Braten**
Von Pute, Kalb, Lamm oder Rind – wir halten große Stücke auf unsere feinen Ideen mit Fleisch
- 32 Für Gäste: Raclette**
Alles rund um einen gemütlichen Abend: eingelegtes Gemüse, selbst gebackenes Brot und würziger Käse
- 42 Die schnelle Woche**
Sieben abwechslungsreiche Teller – und so fix gemacht
- 50 Neue Serie: Pasta des Monats**
1. Folge: handgemachte Fagottini mit gehobelter Trüffel
- 54 Lachs**
Ein Fisch, der unsere Aufmerksamkeit verdient. Wir braten, dämpfen, beizen und confieren ihn
- 64 Geschenke aus der Küche**
Süße und herzhafte Mitbringsel. Und ein Rezept für die trendige Dubai-Schokolade ist auch dabei
- 80 Vegetarisch**
Kohl, Wurzeln, Rüben und Kürbis laufen zur Hochform auf
- 90 Serie: Traumpaare**
Apfel und Parmesan gehen eine ganz neue Verbindung ein
- 108 Veganer Liebling**
Genuss ohne tierische Produkte. Diesmal: Kartoffelsalat
- 114 Kleine Helfer**
Drei aus der Dose – Rezepte mit Sauerkraut
- 120 Raue reist!**
Sterne-Koch Tim Raue bringt ein Rezept aus Namibia mit
- 128 Kuchen und Desserts**
Von Mousse bis Tarte – alles mit Mandeln
- 140 Top 5**
Ein Gericht, fünf köstliche Möglichkeiten: Chili sin carne
- 146 Das letzte Gericht**
Schön deftig: Grünkohl-Eintopf mit Kohlwurst und Kasseler

TRINKEN

124 Gemixt

Ein Champagner-Cocktail der britischen Art: Prince of Wales

125 Getrunken

Diesen Monat empfiehlt unser Getränke-Redakteur Benedikt Ernst feine Schaumweine

126 Neue Serie: Weinwissen

Eine Region kurz und knapp erklärt. 1. Folge: Rheingau



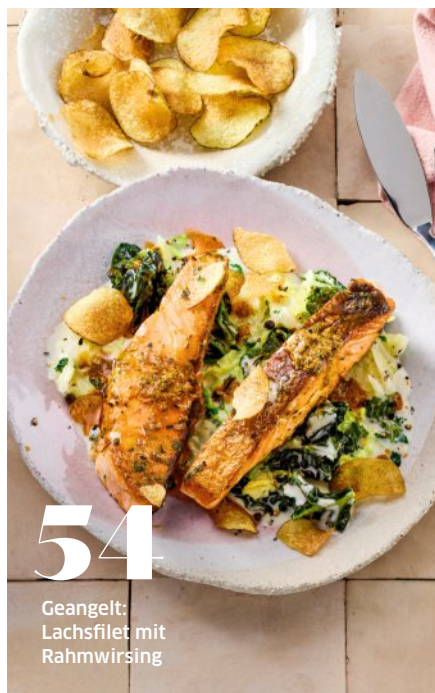
96

Geadelt: Jörg Schröder-Dammköhler weiß, was eine echte Teatime ausmacht



32

Gesellig: Raclette-Runde mit allem Drum und Dran



54

Geangelt: Lachsfilet mit Rahmwirsing

ENTDECKEN

12 Magazin

Feine Gläser, schicke Maschinen und ganz viel Schokolade

74 Die Zuckerbäckerin von Paris

Wie die Französin Nina Métayer über Umwege zur preisgekrönten Patissière wurde. Ein Porträt

96 Teatime in Deutschland

Unsere Autorin zog los, um dem Phänomen des Afternoon Tea auf den Grund zu gehen

111 Erkenntnisse aus der Küche

Das bisschen Haushalt – Tipps und Tricks, die den Alltag erleichtern

112 Heute für morgen

Warum die App „Hidden Table“ Gastronomie und Gästen hilft und dabei sogar der Lebensmittelsverschwendung entgegenwirkt

Alle Rezepte auf einen Blick Seite 144

IN JEDEM HEFT

3 Editorial

6 Making-of

107 Hersteller/Impressum

138 Unsere Leserseite

142 Vorschau

144 Rezeptverzeichnis

Alle unsere Titelthemen sind farbig gekennzeichnet

Wie wir arbeiten

In der Küche, im Studio und unterwegs in der Welt – spannende Begegnungen mit Menschen, denen Genuss am Herzen liegt



Unterwegs
für
»e&t«

Schmelzpunkt

Mit Gefühl und der Unterstützung eines Profis wie René Schönbächler, Käse-Sommelier und Geschäftsführer der Milchmanufaktur Einsiedeln, schabte »e&t«-Redakteurin **Anne Streicher** preisgekrönten Raclette-Käse vom Laib. Wo, wenn nicht bei den Swiss Cheese Awards 2024 in Lugano, versteht man die besondere Beziehung der Schweizer zu Käse und ihrem Raclette am besten. » Ab Seite 32



Balanceakt

Eingespant wie der halbe Laib Käse war »e&t«-Koch **Maik Damerius** in unsere Raclette-Fotoproduktion für dieses Heft. Dabei ging es um gemütliche Atmosphäre, besondere Beilagen und den perfekten Schmelzpunkt des Käses, der – wie Sie **auf Seite 33** sehen können – perfekt getroffen wurde.



Reifeprüfung

Das Thema stand längst fest, die Rezepte waren entwickelt, da erhielt unser Traumpaar des Monats prominente Unterstützung: Das Consorzio del Formaggio Parmigiano Reggiano (mit Benedetto Colli und Bettina Meetz, rechts) lud zur Roadshow mit Cornelia Poletto. Und die zeigte, was sie kann – und was er kann: der gerühmte italienische Hartkäse. »e&t«-Redakteurin **Inken Baberg** lernte einiges über Umami und gleich vorweg, wie gut sich ein Franciacorta Rosé zur Verkostung macht. Warum Parmesan und Apfel ein Traumpaar geben, lesen Sie » ab Seite 90

Favourites

RICHTIG WEIHNACHTEN RICHTIG SPAREN

Mehr als 350 Artikel von K-FAVOURITES entdecken.



Weitere Informationen unter kaufland.de/weihnachten

Abbildungen ähnlich. Irrtum vorbehalten. Für Druckfehler keine Haftung. • Kaufland Dienstleistung GmbH & Co. KG, Rötelsstraße 35, 74172 Neckarsulm, Firma und Anschrift unserer Vertriebsgesellschaften finden Sie unter filiale.kaufland.de bei der Filialauswahl oder mittels unserer Service-Nummer 0800 / 15 28 352; E-Mail: kundenmanagement@kaufland.de.

Hier bin ich richtig

Magazin

WAS UNS JETZT FREUDE MACHT





SAISON

Rote Kiwis

Als Kiwis Ende der 70er-Jahre auf den deutschen Markt kamen, war die Aufregung groß. Die aus Neuseeland stammenden leicht behaarten Früchte überraschten mit einem ganz neuen säuerlichen Geschmack und versorgten uns im obstarmen Winter mit reichlich Vitamin C. Mittlerweile gibt es die nächste Generation, die auch in Europa angebaut wird: Sie hat ihren braunen Pelz abgelegt, glänzt mit dünner goldener Schale, die sogar mitgegessen werden darf. Das Innere ist nicht nur schön anzusehen, es ist besonders saftig, duftet nach Honig und Rose und schmeckt süß, nach roten Beeren und Blutorange. Obendrein liefern die hübschen Blondinen mit dem roten Stern neben Vitamin C auch wertvolle Pflanzenfarbstoffe namens Anthocyane, die das Immunsystem zusätzlich stärken. **Im Rezept auf der nächsten Seite zeigen sie sich ausgesprochen gästetauglich.**



Marinierte rote Kiwi mit Crumble und Sauerrahmeis

★ ★ MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 6 Portionen

SAUERRAHMEIS

- 300 ml Schlagsahne (30 % Fett)
- 100 g Zucker
- 6 Eigelb (Kl. M)
- 350 g Saure Sahne
- 1 Msp. Johannisbrotkernmehl

CRUMBLE

- 50 g altbackenes Sauerteigbrot
- 50 g Butter (kalt)

- 70 g Weizenmehl
- 50 g Zucker
- Muskatnuss

KIWI

- 4 El Orangensaft
- 4 El weißer Rum
- 2 Stiele Thymian
- 6 rote Kiwis (à 120 g; ersatzweise gelbe Kiwis; z.B. von Zespri)

Außerdem: Eismaschine, Wasserbad-Schlagschüssel

1. Für das Eis Sahne und 60 g Zucker in einem Topf erhitzen, bis sich der Zucker gelöst hat. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen. Restlichen Zucker (40 g) und Eigelbe im Schlagkessel mit den Quirlen des Handrührers auf kleinster Stufe 4–5 Minuten cremig rühren.

2. Sahne mit der Eimasse mischen und über einem heißen Wasserbad mit einem Teigspatel unter Rühren erhitzen, bis die Masse cremig dicklich ist („zur Rose abziehen“; wenn sich wellenförmige Linien bilden, die an eine Rose erinnern, ist die Masse cremig-dicklich und genügend gebunden). Den Schlagkessel in ein eiskaltes Wasserbad stellen und die Masse kalt rühren. Saure Sahne und Johannisbrotkernmehl unterrühren. Masse 60 Minuten in der Eismaschine gefrieren lassen.

3. Für den Crumble Sauerteigbrot in sehr feine Würfel schneiden. Mit Butter, Mehl, Zucker und 1 Prise Muskat in einer Schüssel mit den Händen zu einem krümeligen Teig verarbeiten und die Streusel auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) 15–20 Minuten backen. Herausnehmen und abkühlen lassen.

4. Für die Kiwi Orangensaft, Rum und Thymian in einem kleinen Topf aufkochen und offen auf die Hälfte einkochen lassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Kiwis schälen und in Scheiben schneiden. Mit dem abgekühlten Rumsirup mischen und fächerartig auf den Tellern verteilen. Aus der Eismasse Nocken abstechen und mit dem Crumble auf den Kiwis anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten plus Gefrierzeit ca. 1 Stunde

PRO PORTION 9 g E, 35 g F, 51 g KH = 598 kcal (2504 kJ)

Thymian, Rum und Orangensaft verleihen den Kiwis
etwas würzig Wärmendes. Grandios dazu schmecken
knusprige Sauerteigstreusel und cremiges Eis





Macht das Glück perfekt: Obst und Gemüse aus der Region

WELSCHLAND, ZÜRICH

HINGEHEN Es gilt als kleiner Romandie-Satellit, das charmante Ladengeschäft, das Raclette- oder Käse-Fondue-Fans kompetent, mit Leidenschaft und großer Freude berät und mit allem ausstattet, was man für einen gelungenen Schweizer Abend braucht.

MITNEHMEN Hausgemachtes Fondue, aus dreierlei Vacherin in verschiedenen Reifegraden und Gruyère, das direkt im Laden zubereitet und offen verkauft wird, 20 verschiedene Raclette-Sorten, als Laibe oder pfännchengerecht in Scheiben geschnitten, eine große Käse- und Wurstausswahl. Feine Weine, Spirituosen und Brot runden das Angebot ab. Auf Vorbestellung: Welscher Apéro.

Zweierstraße 56, 8004 Zürich, Schweiz, Tel. +41 43 243 98 50, geöffnet Mo–Sa 7–21 Uhr, www.welschland.com

Klein und süß

Aus Kampanien stammen die ungeschält in Tomatensaft eingelegten Kirschtomaten. Sie schmecken besonders süß und schmücken in der hübschen Dose bis zu ihrem aromatischen Einsatz jedes Vorratsregal. Ciliegino Vintage, Pomodorini, 400 g, ca. 4 Euro, www.viani.de



Caffè, per favore

Angelehnt an klassische italienische Röstungen, weist der Kaffee aus nachhaltig, fair gehandelten Arabica-Bohnen Noten von dunkler Schokolade, Karamell und Kirschkonfiture auf. Perfekt für den Abschluss nach einem italienischen Abend. Classic Espresso – Italo Disco, 250 g, ca. 10 Euro, www.19grams.coffee



Alpenaroma

Es ersetzt zwar keinen Bergblick, das unjodierte Salz aus unraffinierter, österreichischer Salzsole wird aber mit ätherischem Zirbenöl angesetzt und verleiht so Fleischgerichten, Forelle, Kartoffeln und Möhren, Nudeln, Kräuterbutter oder Pestos ein leicht süßliches Alpenaroma. Zirbensalz, Essenz der Alpen, 80 g, ca. 7 Euro, www.tirolish.at

Let It Snow...

Wer ungeduldig auf Schnee wartet, öffnet diese Dose und lässt den Bio-Gewürzzucker mit Zimt, Zitrone, Kardamom und Nelken leise auf Milchreis, Pancakes oder Kompott rieseln. Zimtflöckchen, Zuckerröckchen, 70 g, ca. 5 Euro www.sonnentor.com





DIE SÜSSEN SIEBEN

1 Gebäck im Gepäck: In der zartbitteren Criollo-Schokoladenhülle stecken Stollen-Ganache, -likör, Mandeln und Orangeat. Stollen-Schokolade, 100 g, 9,50 Euro, www.camondas.de

2 Traum-Trio: Schweizer Bean-To-Bar-Schokolade, blumig, mit Blaubeernote, zartschmelzend. Schoko-Festival Tasting Set, Taucherli, 4 Tafeln à 80 g, ca. 46 Euro, www.chocolats-de-luxe.de

3 Süßer Fang: feinste Vollmilchschokolade in Sardinendosenoptik – hübsches Mitbringsel mit maritimem Touch. Schoko-Sardinen, Simón Coll, 24 g, ca. 3 Euro, www.amorestore.de

4 Miniaturwunder: Die niedlichen Bio-Schoko-Täfelchen gibt's in Zartbitter-, Milchschokolade oder als Mix. Le Chocolat des Français Minis, 8 x 5 g, 4 Euro, www.humanempireshop.com

5 Helle Freude: weiße Schokolade mit 40% Kakao-butter, natürlich frischer Zitrus- und dezenter Zimtnote. Limón & Canela, Chocolate Orgánico, 70 g, ca. 5 Euro, www.viani.de

6 Kleine Wachmacher: vegane Bio-Edelbitter-Schoko-Würfel, mit dem vollen Aroma von frisch geröstetem mexikanischen Kaffee. Around Midnight Espresso Trüffel, 92 g, 10 Euro www.boojabooja.de

7 Karamelliges Kunstwerk: Bean-to-Bar-Schokolade aus besten Kakaobohnen mit Mandarinenöl aus Sizilien und gemahlener Vanille. Mandarine-Vollmilch-Schokolade, Rózsavölgyi, 70 g, ca. 9 Euro www.camondas.de





1



2

Auf
ein
Neues!

Schöner anstoßen

1 Flexibel: elegante Gläser aus stabilem Borosilikatglas, die einfach jedes Getränk außergewöhnlich in Szene setzen. Enid, Farbe: Sand, 4er-Set, ca. 55 Euro www.anthropologie.com

2 Luxuriös: filigrane Champagnerschalen, aus Muranoglas handgefertigt, mit zartem Wellendekor für schillernde Reflexe. „Bollicine“, Venini, Pink Powder, 2er-Set, ca. 245 Euro, www.artedona.com

3 Innovativ: Stark konische Seitenwände verstärken die Aromen von komplexen Weiß-, Rot- und Schaumweinen und balancieren sie harmonisch aus. „Balance“, 2er-Set, ca. 97 Euro, www.zaltoglas.at

4 Sonnig: mundgeblasene, durchgefärbte Gläser mit feiner Rippenstruktur, die sogar Wasser schön schimmern lässt. Rotondo Optic Glas, Dibbern, Farbe: Bernstein, 0,25 l, ca. 35 Euro, www.dibbern.de

5 Praktisch: Die unterschiedlichen vier aus Kristallglas haben das gleiche Volumen und lassen sich easy ineinander stapeln. Trinkgläser + Karaffe Nesting, Aarke, ca. 45 bzw. 50 Euro, www.manufactum.de

6 Festlich: mit kostbaren Streifen aus echtem Gold – ein Schatz zum Schwenken. Whisky-Tumbler-Set #1, „Celebration Deluxe“, ca. 15 Euro, www.ritzenhoff.de



4



3



5



6



GLÄSERNE GEDANKEN

Warme Bernsteinöne von antiken Gläsern aus aller Welt inspirierten die amerikanische Designerin Kelly Wearstler (Foto) zur edlen Gläser-Kollektion Zuma. Das Besondere: Zwischen zwei Schichten aus transparentem Glas wird die bernsteinfarbene Masse gespritzt, wodurch der luftige Farbverlauf entsteht. Im gelungenen Kontrast dazu dicke Glasböden und die geradlinige Form. Auch als Champagner-, Rot- und Weißweinglas zu haben. Plus die passende Geschirrserie. Whiskyglas, Schussglas, Longdrink, Trinkglas S und M, Amber Zuma, Serax, St. ab 19 Euro, www.serax.com



Glänzender Auftritt

Wer jedes Mal zum Kühlschrank läuft, um den Schaumwein nachzufüllen, verpasst die Hälfte des Abends. Wer ihn lässig aus diesem hochwertigen Edelstahl-Kühler zaubert, zieht garantiert alle Blicke auf sich, sodass sogar angeregte Gespräche kurz verstummen. Flaschenkühler Montuno, Vega, ca. 36 Euro, www.lusini.com

Salus



NATÜRLICH GESUND

BIO-ARZNEITEE



Beste Rohstoffe.



Sorgfältig geprüft und wirksam.



In Deutschland hergestellt.



Erhältlich in Reformhaus, Apotheke und Biomarkt.



DE-ÖKO-003

Thymian
Anwendungsgebiete: Symptome der Bronchitis, Katarhe der oberen Luftwege.
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.

Unsere Kraft liegt in der Natur

DOPPELTER EINSATZ

Einfach und effektiv: Hat das Messer mit Buchenholzgriff eine Gabel an seiner Seite, eignet es sich, um Braten und Geflügel perfekt zu tranchieren, ansonsten macht es sich mit seiner 2,5 mm dicken Edelstahlklinge auch gern solo beim Schneiden von Früchten oder Gemüse nützlich. Tranchiermesser Parallèle, N° 120, Klingenlänge 16 cm, 30 Euro, www.opinel.com



Der Kern der Sache

Dass Kupfer ein erstklassiger Wärmeleiter ist und deshalb von Sterne-Köchen bevorzugt wird, wissen wir längst. Bei dieser Pfanne mit innovativer Fünf-Schicht-Technik ist der dicke Kupferkern von einer dünnen Aluminium-Edelstahl-Schicht ummantelt und – für einen langlebigen Antihafteffekt und fett-armes Braten – keramisch PFOA-frei beschichtet. Und sollte sie doch mal zerkratzt sein, lässt sich das gute Stück einschicken und neu beschichten. Kupferkern-Pfanne mit Deckel, von Olavson, verschiedene Größen, z.B. 26 cm Ø für 219 Euro www.myolavson.com



Schick im Blick

Diese stabilen Gläser mit gut schließenden Deckeln sind stapelbar und sehen so stylish aus, dass sie sogar mit auf den Tisch dürfen. Kinto, Glascontainer „Caststore“, drei verschiedene Höhen und mehrere Größen, ab 180 ml, ab ca. 12 Euro, über www.manufactum.de



Sauber zaubern

Endlich lassen sich Trinkflaschen oder Karaffen nicht nur gründlich, sondern auch nachhaltig reinigen: Die kleinen Edelstahlkugeln durch die Einfüllhilfe hineingeben, Wasser zugießen, gut schütteln und im Abtropfsieb auffangen – so halten sie ewig! FLSK, Reinigungssperlen, 20 Euro, www.flsk.de



Kleine Brote, große Augen

Dieser kompakte Backgehilfe findet in der kleinsten Küche Platz und zaubert mit ganzen 18 Automatikprogrammen 400-Gramm-Brote für kleine Haushalte, Kuchen, Pizzateig, Nudeln und glutenfreie Alternativen wie ein Großer. Panasonic, Mini-Brotbackautomat SD-PN100, 159 Euro, store.eu.panasonic.com

Generation genial

Eleganter Kaffeevollautomat mit Köpfchen: Über einen Touchscreen wählen wir zwischen heißen, kalten und sogar süßen Kaffeespezialitäten, und das intelligente „Coffee Eye“ erkennt sogar, ob die Tasse zur richtigen Zeit am richtigen Ort steht. Die aktive Mahlgradüberwachung kontrolliert das Aroma und sorgt dafür, dass unser Kaffee konstant köstlich in der Tasse landet. Nur hellsehen kann er noch nicht. Jura J10, 1849 Euro, [de.jura.com](https://www.de.jura.com)



Die hat den Dreh raus

Ab und zu ein Espresso, Filterkaffee oder Cold Brew gefällig? Der Mahlgrad lässt sich bei dieser hübschen Handmühle mit nur einer Bewegung einstellen – und schon mahlen Sie manuell und präzise ganz nach Gusto. Anstrengend? Dank des hochwertigen Stahl-Mahlwerks und Kurbel-Designs nicht die Bohne! Peugeot, Kaffee-mühle „Presto“, ca. 90 Euro, [de.peugeot-saveurs.com](https://www.de.peugeot-saveurs.com)



Quiche & Tarte auf deine Art

Fannytastisch einfach,
fannytastisch gut!



NEU



Einfach fannytastisch!



FrISCHE Ideen direkt vom Hof

Marita Sterk und ihr Sohn Christoph haben es geschafft: Ihr Hofladen und Café „Heimathungrig“ im bayerischen Großlangheim ist einer der „Hofläden des Jahres 2024“. Erster Platz für ein generationsübergreifendes Projekt: Während sie den Laden schmeißt, gibt er dem Betrieb durch den Anbau von Kiwibeeren, Aronia, Sanddorn und Trüffel neue Impulse. Mit dem Award zeichnen die Fachmagazine „HOFdirekt“ und „top agrar“ kreative Direktvermarkter aus. www.heimathungrig.de; www.hofladen-des-jahres.de

AKTUELLE TERMINE

Noch bis Anfang April 2025 sorgt das Schleswig-Holstein Gourmet Festival an diversen Orten im Bundesland für Genussabende mit spannenden Gastköchen, wie z. B. Tony Hohlfeld und Michael Kempf. Früh buchen lohnt sich! www.gourmetfestival.de +++ Diese Messe passt perfekt in den „Veganuary“: Am 25./26. Januar 2025 dreht sich an der „Veggieale“ in Berlin alles um nachhaltige Produkte und einen pflanzlichen Lebensstil. www.veggiale.de



Häppchenweise durch die Stadt

Sie sind der perfekte Start für einen Citytrip: „Eat the World“ bietet in mehr als 50 deutschen Städten Erkundungstouren mit kulinarischen Zwischenstopps an. Die Genussziele auf der Flanierrunde durch den charmanten Hamburger Stadtteil Blankenese (Foto) hat die »e&t«-Redaktion mit ausgesucht – weitere »e&t«-Touren gibt es in Baden-Baden, Düsseldorf und München-Lehel. www.eat-the-world.com



Kosmopolitische Kimchi-Produzentin: Susan Choi ist als Tochter koreanischer Eltern in Deutschland und Kalifornien aufgewachsen

MEINE LIEBLINGSORTE

Susan Choi betreibt in Berlin die Bar „Mr. Susan“, verkauft selbst fermentiertes Kimchi – und verrät hier, wo sie in der Hauptstadt besonders gern essen geht



SOOPOLLIM

Das Teehaus ist gleichzeitig Berlins bester koreanischen Lunch-Spot. Gerichte wie weißes Bibimbap (Foto links) werden mit viel Leidenschaft und Sorgfalt zubereitet. Dazu gibt es eine schöne Auswahl koreanischer Tees.

Ackerstraße 149, www.instagram.com/soopollim.berlin

BERTIE

Das dieses Jahr neu eröffnete Bistro erinnert mich an die Orte, die ich gern besuchte, als ich in New York studiert und gearbeitet habe. Ich liebe es, hier an der Bar zu sitzen und ein paar Chicken Wings oder das spektakulär gute Bouillabaisse-Flatbread zu essen.

Schwedter Straße 13, www.instagram.com/bertieberlin



KHAO TAAN

In dem gemütlichen Restaurant von Woraphon „Gaan“ Kitkoson in Friedrichshain gibt es köstliche, authentische Thai-Gerichte zum Teilen, zum Beispiel Muschel-Curry mit Betelblättern oder Chayote-Triebe in Pilzsauce.

Gryphiusstraße 10, www.khaotaan.com

CHOI

Das Restaurant mit gehobener koreanischer Küche ist ein zauberhafter Ort für einen besonderen Anlass. Zu den 6-Gänge-Menüs werden auf Wunsch passende Weine oder Tees serviert.

Fehrbelliner Straße 4, www.choiberlin.de

Mr. Susan, Krausnickstraße 1, www.mrsusan.com



Begegnen Sie
Menschen und
ihrer Kultur

Studiosus

Reise-Kataloge: 00 800/24 01 24 01
www.studiosus.com

Intensiver**leben**

Guten Morgen

Alles ist besser, wenn man eine Nacht drüber schläft. Das gilt auch für den Teig unserer Brötchen, der nach zehn Stunden Nachtruhe in den Ofen wandert und frisch gebacken mit würzigem Aufstrich überzeugt

Wake up and bake:
aufwachen, backen
und sich über knusprige
Brötchen freuen

Körnerbrötchen mit Paprikacreme

** MITTELSCHWER, VEGETARISCH

Für 8 Portionen

BRÖTCHEN

• 500 g Weizenmehl (Type 550) • 1 El Olivenöl • Salz
• 1 Tl Honig • 6 g frische Hefe • 40 g Sonnenblumenkerne • 2 El Mohnsaat • 2 El helle Sesamsaat

PAPRIKACREME

• 1 rote Paprikaschote (200 g) • 1 Knoblauchzehe
• 250 g cremiger Feta • 1 Stiel krause Petersilie
• Salz • Pfeffer • 4 El Olivenöl

1. Am Vortag Mehl, 290 ml kaltes Wasser, Öl, 2 gestrichene Tl Salz, Honig und Hefe (erbsgroßes Stück) in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben und mit den Knethaken auf mittlerer Stufe 10–12 Minuten zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
2. Die Schüssel mit einem Küchentuch abdecken und den Teig bei Zimmertemperatur 3 Stunden reifen lassen. Den Teig in der Zeit mit feuchten Händen 2-mal von außen nach innen dehnen und falten.
3. Sonnenblumenkerne, Mohn und Sesam in einer Schale mischen. Teig nach der Reifezeit auf einer bemehlten Arbeitsfläche in 8 ca. 100 g schwere Teigstücke teilen. Die Teigstücke mit den Handballen etwas flach drücken. Jeweils die beiden kürzeren Seiten zur Mitte hin einschlagen und von einer langen Seite her fest einrollen. Naht mit den Fingern verschließen und zu ovalen Brötchen formen.
4. Brötchen mit etwas Wasser bestreichen und in der Kernemischung wenden. Teiglinge mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, ein 2. Blech umgedreht daraufgeben und so im Kühlschrank 10–12 Stunden über Nacht reifen lassen.
5. Am nächsten Tag Backofen auf 250 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Brötchen aus der Kühlung nehmen, die Oberfläche jedes Brötchens längs ½ cm dick einschneiden. Ofentemperatur auf 220 Grad reduzieren. Brötchen auf dem Backblech auf die mittlere Schiene des Backofens schieben. Eine kleine Tasse Wasser in den Ofen gießen, Ofen sofort verschließen. Die Brötchen 20–25 Minuten backen.
6. Für die Creme Paprika waschen, putzen, vierteln, entkernen. Paprika und Knoblauch grob schneiden. Feta-Käse grob zerteilen. Petersilienblätter von den Stielen abzupfen. Alle Zutaten mit Salz, Pfeffer und Olivenöl in einem Blitzhacker cremig mixen.
7. Brötchen aus dem Ofen nehmen und lauwarm abkühlen lassen. Brötchen am besten frisch gebacken mit der Paprikacreme servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten plus Reifezeit über Nacht
PRO PORTION 14 g E, 19 g F, 48 g KH = 438 kcal (1835 kJ)

Original Ungarische Salami – Genuss aus traditioneller Handwerkskunst

Die Original Ungarische Salami aus dem Hause PICK begeistert seit über 150 Jahren mit unverwechselbarem Geschmack und hochwertiger Handwerkskunst. Sie reift mindestens 80 Tage und erhält durch die Kalt-räucherung und die anschließende Trocknung im Reifeturm ihr einzigartiges Aroma. So entsteht ein echtes Stück ungarischer Tradition, ideal für Feinschmecker und Genießer.

Hergestellt aus hochwertigem Schweinefleisch wird die Original Ungarische Salami von PICK zunächst zwei Wochen lang in einer Räucherammer über schwelendem Buchenholz kalt geräuchert. Anschließend reift sie mindestens 80 Tage im traditionellen Reifeturm. Die dabei entstehende grauweiße Edelschimmelschicht verleiht der Salami ihren charakteristischen Geschmack und schützt sie gleichzeitig. Durch das Räuchern und die lange Reifung wird sie besonders lange haltbar – für Genuss, der bleibt.



Jede Salami wird vom Salamimeister sorgfältig kontrolliert und von Hand gebürstet, um die Edelschimmel-Kulturen optimal zu verteilen und so für das unverwechselbare Aroma zu sorgen. Diese Liebe zum Detail macht die PICK-Salami nicht nur zu einem pikanten Klassiker, sondern auch zu einem kulinarischen Highlight für anspruchsvolle Feinschmecker weltweit. Seit 2014 trägt sie stolz den Titel „Hungarikum“ und steht damit als Symbol für ungarische Tradition und Qualität.

Ob als Snack zwischendurch, in herzhaften Gerichten wie Suppen und Gulasch oder als unerwartetes Highlight in modernen Kreationen – PICK Original Ungarische Salami bietet endlose Möglichkeiten für kreative Genießer.

Weitere Informationen und viele leckere Rezepte rund um die Original Ungarische Salami finden Sie unter:

www.pick.de





KALBSROLLBRATEN MIT LIEBSTÖCKEL-FÜLLUNG

Gefüllt, gerollt, geschmort: Auf fein plattiertem Kalbfleisch verteilen wir Liebstöckel und Weißbrotwürfel. Und während das Ganze in Rotweinsauce gart, bereiten wir cremige Schwarzwurzeln zu.

Rezept Seite 27

DAMALS UND HEUTE

Das Jahr geht zu Ende, das neue beginnt: Jetzt sind wir gern ein wenig nostalgisch und blicken gleichzeitig nach vorn. Unserem Koch Tom geht's genauso: Mit Sauer-, Hack- und Rollbraten fängt er den Geschmack von früher ein – und frischt die Klassiker mit spannender Würze und raffinierten Beilagen auf

HACKBRATEN MIT SÜSSKARTOFFELPÜREE UND CHICORÉE

Dieses ungleiche Quartett entpuppt sich als erstaunlich harmonisch: Zum klassischen Hackbraten servieren wir currygewürztes Süßkartoffelpüree, knackig gebratenen Chicorée und Chimichurri mit Wumms. **Rezept Seite 30**



SAUERBRATEN MIT PORTULAK

Zugegeben, etwas Geduld brauchen Sie schon: Der Tafelspitz mariniert zwei Tage lang im würzigen Sud, bevor er gemütlich im Ofen schmort. Dafür sind Möhren-Topping und Salat schnell gemacht, und das Warten wird mit wunderbar zartem Fleisch belohnt.
Rezept Seite 30



ZITRONEN-PUTENBRATEN MIT PERLZWIEBELN UND MÖHREN

Braten müssen nicht unbedingt als üppiges Fleisch mit dunkler Sauce daherkommen. Unsere Geflügel-Variante zeigt, wie's in leicht geht: dank zitrusfrischer Füllung, Kräutern und simpler Gemüsebeilage. **Rezept rechts**

Zitronen-Putenbraten mit Perlzwiebeln und Möhren

** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

ZITRONEN-PUTENBRATEN

- 1½ kg Putenfleisch (aus der Keule; mit Knochen; küchenfertig)
- Salz • Pfeffer
- 8 Stiele Thymian
- 1 Bio-Zitrone
- 1 Knoblauchknolle
- 300 g gelbe Möhren
- 300 g orange Möhren
- 60 g Zitronat
- 2 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)

- 200 g Perlzwiebeln
- 150 ml trockener Weißwein
- 150 ml Geflügelbrühe

BEILAGEN

- 600 g Drillinge
 - 2 Bio-Zitronen
 - 4 El Olivenöl
 - Salz • Pfeffer
 - 2 El Butter (20 g)
 - 4 Stiele Estragon
- Außerdem: Küchengarn, großer Bräter mit Deckel

1. Für den Zitronen-Putenbraten Knochen aus der Keule herauslösen. Fleisch rundum mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Hautseite nach unten auf ein Brett legen. Thymianblätter von den Stielen abzupfen. Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben und in feine Scheiben hobeln. Thymianblätter und Zitronenscheiben auf dem Braten verteilen, Fleisch von der kurzen Seite her eng aufrollen und die Rolle mit Küchengarn zusammenbinden.

2. Knoblauchknolle quer halbieren. Möhren schälen, halbieren und in 4–5 cm große Stücke schneiden. Zitronat in feine Würfel schneiden.

3. Sonnenblumenöl in einem Bräter erhitzen. Putenbraten darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 4 Minuten rundum scharf anbraten. Braten herausnehmen und beiseitestellen. Vorbereitetes Gemüse mit den Perlzwiebeln in den Bräter geben und bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten anbraten. Mit Weißwein und Geflügelbrühe auffüllen und aufkochen. Zitronat zugeben, Putenbraten mit der Hautseite nach oben in den Bräter legen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 40 Minuten zugedeckt garen. Deckel vom Bräter nehmen und weitere 30 Minuten knusprig backen.

4. Für die Beilagen inzwischen Kartoffeln putzen, waschen, trocken tupfen und je nach Größe halbieren oder vierteln. Zitronen heiß abwaschen, trocken reiben und halbieren. Zitronen mit der Schnittseite nach unten in eine ofenfeste Pfanne legen, bei mittlerer bis starker Hitze ca. 4 Minuten karamellisieren lassen und herausnehmen. Olivenöl in die heiße Pfanne geben und die Kartoffeln darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen, Butter zugeben. 20 Minuten vor Ende der Garzeit vom Putenbraten Kartoffeln in der Pfanne in den heißen Backofen stellen und mitgaren.

5. Estragonblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Putenbraten und Kartoffeln aus dem Backofen nehmen, Fleisch in Scheiben schneiden. Gemüse aus dem Bräter mit etwas Fond auf einer Platte verteilen und Estragon darüberstreuen. Bratenscheiben darauf anrichten, karamellierte Zitronenhälften darüber auspressen und die Kartoffeln separat dazu servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:40 Stunden

PRO PORTION 55 g E, 40 g F, 43 g KH = 788 kcal (3307 kJ)

„Die Rollbraten-Füllung lässt sich gut variieren. Statt Liebstöckel können Sie auch Kerbel oder Petersilie nehmen.“

»e&t«-Koch Tom Pingel

Foto Seite 22



Kalbsrollbraten mit Liebstöckel-Füllung

** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4–6 Portionen

FÜLLUNG

- 200 g Weißbrot
- 2 Schalotten (à 30 g)
- 8 Stiele Liebstöckel
- 50 g Blattspinat
- 1 El Butter (10 g)
- 80 ml Vollmilch
- Salz • Pfeffer
- Muskatnuss
- 1 Ei (KL. M)

ROLLBRATEN UND SAUCE

- 1 kg Kalbsrollbraten (z.B. aus der Brust; vom Metzger flach aufgeschnitten)
- Salz • Pfeffer
- 400 g Suppengemüse (Sellerie; Möhren; Lauch)
- 4 Knoblauchzehen
- 120 g Zwiebeln
- 3 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- 1 El Tomatenmark
- 300 ml trockener Rotwein

- 300 ml roter Portwein
- 1 l Kalbsfond
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TI Pimentkörner
- 1–2 TI Speisestärke
- ½ TI Senf mittelscharf

SCHNITTLAUCHÖL

- 20 Stiele Schnittlauch
- 120 ml neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)

RAHM-SCHWARZWURZEL

- 4 El Zitronensaft
- 700 g Schwarzwurzeln
- Salz
- 1 El Butter (10 g)
- 1 El Weizenmehl (Type 405)
- 150 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Schlagsahne
- Pfeffer • Muskatnuss

Außerdem: großer Bräter mit Deckel, Küchengarn, Küchenthermometer

1. Für die Füllung Brot in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Brotwürfel auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 130 Grad (Umluft 110 Grad) auf der 2. Schiene von unten 20–25 Minuten trocknen.

2. Inzwischen Schalotten halbieren und in feine Würfel schneiden. Liebstöckelblätter von den Stielen abzupfen. Spinat putzen, waschen und trocken schleudern. Butter in einem Topf zerlassen, Schalotten darin bei mittlerer Hitze 1–2 Minuten dünsten. Milch zugießen, aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Milchküchle mit Spinat und Liebstöckelblättern in einen Küchenmixer geben und fein mixen.

3. Brotwürfel aus dem Backofen nehmen und in eine Schüssel geben. Warme Liebstöckelmilch darübergießen, verrühren und

20 Minuten abgedeckt ziehen lassen. Ei verquirlen, vorsichtig unter die Brotmasse mischen und weitere 10 Minuten abgedeckt ziehen lassen.

4. Kalbfleisch trocken tupfen, gegebenenfalls Sehnen entfernen und das Fleisch leicht plattieren. Rundum mit Salz und Pfeffer würzen. Brot-Liebstock-Füllung gleichmäßig auf dem Fleisch verteilen. Fleisch von der kurzen Seite her aufrollen. Rollbraten mit Küchengarn zusammenbinden und beiseitestellen.

5. Für die Sauce Suppengemüse putzen, waschen, schälen und in grobe Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebeln in grobe Würfel schneiden. 2 El Sonnenblumenöl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin bei mittlerer bis starker Hitze von allen Seiten ca. 2 Minuten scharf anbraten. Fleisch herausnehmen, restliches Öl (1 El) in den Bräter geben, Gemüse, Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten goldbraun braten. Tomatenmark einrühren und kurz mitrösten. Mit Rotwein und Portwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Mit Kalbsfond auffüllen, Lorbeerblätter und Pimentkörner zugeben und aufkochen.

6. Rollbraten in den Fond geben und aufkochen. Vom Herd nehmen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der 2. Schiene von unten 1:40–1:50 Stunden zugedeckt schmoren. Nach 1 Stunde Schmorzeit Deckel entfernen und das Fleisch mehrfach wenden, damit es von allen Seiten eine leichte Bräunung bekommt.

7. Für das Schnittlauchöl Schnittlauch grob schneiden. Öl in einem Topf auf ca. 100 Grad erhitzen (Thermometer verwenden!) und mit Schnittlauch im Küchenmixer 1–1:30 Minuten fein pürieren. Öl durch ein mit einem Passiertuch ausgelegtes Sieb in eine kleine Schale gießen und bis zum Servieren kalt stellen.

8. Für die Rahm-Schwarzwurzel Zitronensaft mit ca. 2 l kaltem Wasser in eine Schale geben. Schwarzwurzeln waschen, schälen (mit Küchenhandschuhen arbeiten!), in 3–4 cm lange Stücke schneiden und sofort ins Zitronenwasser legen. Schwarzwurzeln in kochendem Salzwasser 2–3 Minuten garen und abgießen, dabei ca. 200 ml Kochwasser auffangen. Schwarzwurzeln in kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.

9. Butter in einem Topf zerlassen, Mehl mit einem Schneebesen einrühren und bei mittlerer Hitze unter Rühren kurz dünsten. Gemüsebrühe, Schwarzwurzel-Kochwasser und Sahne unter Rühren zugießen, aufkochen und ca. 5 Minuten sämig einkochen lassen. Schwarzwurzeln zugeben, kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und bis zum Servieren warm halten.

10. Rollbraten aus dem Bräter nehmen und im ausgeschalteten Ofen warm halten. Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, aufkochen und offen ca. 15 Minuten auf die Hälfte einkochen lassen. Sauce mit der in wenig kaltem Wasser gelösten Stärke nach Bedarf binden. Mit Salz, Pfeffer und Senf würzen. Rollbraten in 2–3 cm dicke Scheiben schneiden. Je 1 Scheibe Fleisch mit etwas Schwarzwurzeln und Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten, mit Schnittlauchöl beträufeln und mit Pfeffer bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:20 Stunden plus Ziehzeit 30 Minuten plus Schmorzeit mindestens 1:40 Stunden
PRO PORTION (bei 6) 39 g E, 49 g F, 31 g KH = 783 kcal (3285 kJ)



Foto rechts

Lammbraten im Kurkumasud

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 6 Portionen

- 1½ kg Lammkeule (küchenfertig; ohne Knochen)
 - Salz
 - Pfeffer
 - 3 weiße Zwiebeln (à 100 g)
 - 2 Knoblauchzehen
 - 80 g Pistazien
 - 2 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
 - 3 El Butter (30 g)
 - 1 El gemahlene Kurkuma
 - 1 El pikantes Currypulver (z. B. Anapurna über www.altesgewuerzamt.de)
 - 2 Zimtstangen
 - 100 g getrocknete Feigen
 - 3 Lorbeerblätter
 - 800 ml Lammfond
 - 200 g Basmatireis
 - 1 Tl Speisestärke
- Außerdem: großer Bräter mit Deckel

1. Für den Lammbraten Lammkeule putzen, gegebenenfalls Sehnen und Häute entfernen. Fleisch trocken tupfen und rundum kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebeln halbieren und mit dem Knoblauch in feine Würfel schneiden. Pistazien grob hacken.

2. Sonnenblumenöl in einem Bräter erhitzen und Lammkeule darin von allen Seiten bei mittlerer bis starker Hitze ca. 6 Minuten scharf anbraten. Lammkeule aus dem Bräter nehmen, Hitze leicht reduzieren, Butter zugeben und zerlassen. Zwiebeln und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten dünsten, bis die Zwiebeln leicht karamellisieren. Pistazien, Kurkuma, Currypulver und Zimtstangen zugeben und bei kleiner Hitze 10 Minuten dünsten.

3. Feigen vierteln. Lammkeule zurück in den Bräter geben, Feigen und 2 Lorbeerblätter um die Keule herum verteilen. Mit Lammfond auffüllen und aufkochen. Keule im vorgeheizten Backofen 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der mittleren Schiene 1:30–2 Stunden zugedeckt schmoren.

4. Basmatireis nach Packungsanweisung mit restlichem Lorbeerblatt in kochendem Salzwasser garen.

5. Bräter aus dem Backofen nehmen, Lammkeule herausnehmen. Sauce bei mittlerer bis starker Hitze aufkochen und mit der in wenig kaltem Wasser gelösten Stärke leicht binden. Sauce 2 Minuten kochen.

6. Lammbraten aufschneiden und mit Sauce und Feigen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Basmatireis servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten plus Schmorzeit mindestens 1:30 Stunden
PRO PORTION 58 g E, 26 g F, 42 g KH = 654 kcal (2745 kJ)

„Wer es nicht so pikant mag, verwendet für die Sauce vom Lammbraten ein mild-fruchtiges Currypulver.“

»e&t«-Koch Tom Pingel

LAMMBRATEN IM KURKUMASUD

Indisch inspiriert: Kurkuma und Curry verleihen dem Lamm aufregende Würze. Zimt und getrocknete Feigen kontern mit sanfter Süße, Pistazien sorgen für einen schönen Biss. Dazu gibt's Basmatireis.

Rezept links





Foto Seite 24

Hackbraten mit Süßkartoffelpüree und Chicorée

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 6 Portionen

HACKBRATEN

- 4 Scheiben Toastbrot (à 20 g)
- 150 ml Vollmilch
- 1 Zwiebel (100 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kg gemischtes Hackfleisch
- 2 Eier (Kl. M)
- 1 El mittelscharfer Senf
- Salz • Pfeffer
- 1 Tl gemahlener Kreuzkümmel

SÜSSKARTOFFELPÜREE

- 1 kg Süßkartoffeln
- 2 El Butter (20 g)
- Salz • Pfeffer
- 200 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Schlagsahne
- 1 El Purple Curry (z. B. von Altes Gewürzamt über www.dinsesculinarium.de)

CHIMICHURRI

- 6 Stiele glatte Petersilie
- 2 Stiele Oregano
- 150 g rote Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- ½ rote Chilischoten
- 1 El Paprikaflocken (z. B. über www.dinsesculinarium.de; ersatzweise edelsüßes Paprikapulver)
- Salz
- 100 ml Olivenöl
- 20 ml Weißweinessig
- Pfeffer

GEBRATENER CHICORÉE

- 6 rote Chicorée (à 200 g)
- 2 El Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

1. Für den Hackbraten Toastbrotsscheiben in Milch einweichen. Zwiebeln halbieren und mit dem Knoblauch in feine Würfel schneiden. Hackfleisch in eine Schüssel geben. Toast mit den Händen kräftig ausdrücken und zum Hack geben. Zwiebeln, Knoblauch, Eier, Senf, Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel zugeben und mit den Händen sorgfältig verkneten. Zu einem Laib (ca. 25x10 cm) formen, fest in Frischhaltefolie einrollen und ca. 30 Minuten kalt stellen.

2. Hackbraten aus dem Kühlschrank nehmen, aus der Folie wickeln und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 1 Stunde goldbraun backen.

3. Für das Püree Süßkartoffeln schälen und grob würfeln. Butter in einem Topf zerlassen. Süßkartoffeln darin bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten dünsten und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Brühe und Sahne auffüllen, aufkochen und halb zugedeckt bei milder bis mittlerer Hitze ca. 20 Minuten weich garen.

4. Für das Chimichurri inzwischen Petersilien- und Oreganoblätter von den Stielen abzupfen und grob schneiden. Zwiebeln halbieren und mit dem Knoblauch in grobe Würfel schneiden. Chilischote putzen und grob schneiden. Kräuter, Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Paprika, Salz, Olivenöl, Weißweinessig und Pfeffer in der Küchenmaschine (oder im Blitzhacker) ganz kurz stückig mixen. In eine Schüssel füllen und bis zum Servieren abgedeckt kalt stellen.

5. Für den gebratenen Chicorée Chicorée putzen, waschen und die äußere Blätter entfernen. Chicorée je nach Größe halbieren oder vierteln. Mit Olivenöl bepinseln und rundum mit Salz und Pfeffer würzen. Eine große Pfanne erhitzen und Chicorée darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2 Minuten scharf anbraten. Herausnehmen und warm halten.

6. Süßkartoffeln abgießen, dabei die Flüssigkeit auffangen. Süßkartoffeln mit einem Kartoffelstampfer fein stampfen. Falls das Püree zu fest ist, etwas Kochflüssigkeit zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Purple Curry würzen.

7. Hackbraten aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Braten in Scheiben schneiden und mit etwas Süßkartoffelpüree und gebratenem Chicorée auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Chimichurri beträufeln und mit Pfeffer bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Kühlzeit 30 Minuten plus

Backzeit 1 Stunde

PRO PORTION 41 g E, 65 g F, 52 g KH = 996 kcal (4173 kJ)



TOM PINGEL

»e&t«-Koch

„Der Hackbraten gehört zu meinen Favoriten – und darf gern klassisch bleiben. Dafür sind die Beilagen exotischer.“

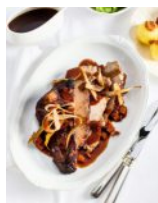


Foto Seite 25

Sauerbraten mit Portulak

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

SAUERBRATEN

- 150 g Möhren
- 150 g Knollensellerie
- 100 g Lauch
- 100 g Zwiebeln
- 1 l Rotwein
- 100 ml Rotweinessig
- Salz
- 3 El Zucker
- 1 El schwarze Pfefferkörner
- 4 Gewürznelken
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Wacholderbeeren
- 1½ kg Rindertafelspitz (küchenfertig)
- Pfeffer
- 1 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 1 El Tomatenmark

- 2 El Honig
- 1 Tl Speisestärke

FRITTIERTE MÖHREN

- 200 g Möhren
- 300 ml neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- Salz

SALAT

- 120 g Portulak-Salat (ersatzweise Feldsalat oder Wildkräutersalat)
 - 2 El Olivenöl
 - 1 El Weißweinessig
 - Salz • Pfeffer
- Außerdem: Küchengarn, großer Bräter mit Deckel, Küchenthermometer, Teefilterbeutel

1. Für den Sauerbraten zwei Tage vorher Möhren und Sellerie schälen. Lauch putzen und waschen. Zwiebeln halbieren und mit

dem Gemüse in 1,5–2 cm große Würfel schneiden. Rotwein, Essig, 2 l Wasser, 1 Tl Salz und Zucker in einem Topf aufkochen. Pfefferkörner, Nelken, Lorbeer und Wacholderbeeren in einen Teefilterbeutel geben und mit Küchengarn zubinden. Gewürzsäckchen und Gemüse in den Sud geben, aufkochen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

2. Tafelspitz trocken tupfen, gegebenenfalls Sehnen entfernen. Fleisch in eine große verschließbare Plastikbox (oder in eine große Schale) geben. Abgekühlten Sud zugießen, dabei sollte das Fleisch komplett bedeckt sein. Fleisch im Kühlschrank 2 Tage zugedeckt marinieren lassen.

3. Am Tag der Zubereitung Fleisch aus der Marinade nehmen und trocken tupfen. Marinade durch ein Sieb in einen Topf gießen und aufkochen, dabei entstehenden Schaum abschöpfen. Aufgefangenes Gemüse trocken tupfen. Fleisch rundum mit Salz und Pfeffer würzen.

4. Sonnenblumenöl in einem großen Bräter erhitzen, das Fleisch darin bei mittlerer bis starker Hitze von jeder Seite 1–2 Minuten anbraten. Fleisch aus dem Bräter nehmen und beiseitestellen. Gemüse in den Bräter geben und unter Rühren ca. 4 Minuten anrösten. Sobald das Gemüse gebräunt ist, das Tomatenmark einrühren und ca. 2 Minuten anrösten.

5. Fleisch in den Bräter geben und Marinade zugießen. Braten im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der untersten Schiene ca. 1:30 Stunden zugedeckt schmoren.

6. Für die frittierten Möhren Möhren schälen und der Länge nach in dünne Streifen hobeln. Sonnenblumenöl in einem Topf auf ca.

170 Grad erhitzen (Küchenthermometer verwenden!). Möhren darin portionsweise 2–3 Minuten knusprig frittieren. Vorsichtig mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

7. Für den Salat Portulak putzen, waschen und trocken schleudern. Olivenöl, Weißweinessig, Salz und Pfeffer verrühren.

8. Bräter aus dem Ofen nehmen. Braten herausheben und abgedeckt im ausgeschalteten Ofen warm halten. Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf passieren, dabei Schmorgemüse auffangen. Sauce bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken und mit der in wenig kaltem Wasser angerührten Speisestärke leicht binden. Etwas Schmorgemüse wieder in die Sauce geben, restliches Schmorgemüse beiseite warm halten.

9. Salat mit der Vinaigrette mischen. Braten in Scheiben schneiden und auf einer Platte oder auf Tellern anrichten. Etwas Sauce angießen und mit frittierten Möhren garnieren. Restliche Sauce, beiseitegestelltes Schmorgemüse und Salat separat dazu servieren. Dazu passen Kartoffelknödel.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Marinierzeit 2 Tage plus Schmorzeit 1:30 Stunden

PRO PORTION 78 g E, 32 g F, 35 g KH = 811 kcal (3398 kJ)

Neue Herbertz Küchenmesserlinie „Ceres“

Mit einer über 155-jährigen Tradition in der Herstellung und dem Vertrieb von Schneidwerkzeugen hat sich die C. Jul. Herbertz GmbH stets neu erfunden, weiterentwickelt und bewiesen, dass Tradition und Innovation perfekt Hand in Hand gehen können. Im Jahr 2024 setzt das Solinger Unternehmen einen neuen Meilenstein und präsentiert die neueste Küchenmesserlinie „Ceres“. Die in Solingen entworfene und größtenteils handgefertigte Kollektion steht für höchste Qualität, Präzision und Langlebigkeit. Die Ceres-Linie umfasst neun hochwertig hergestellte Messer mit POM- oder Walnussgriff, die in jeder Küche zum Highlight werden. Zu gewinnen gibt es ein Chefmesser mit aufwendig handgeschliffener und blau geplätteter 20 cm Klinge. Der elegante und ergonomische Griff wurde aus europäischem, schwarzem Walnussholz gefertigt. www.cjh.shop



Einfach
QR-Code
scannen und
mitmachen

**Alle weiteren Infos auf
essen-und-trinken.de/gewinnspiele**

GEWINNSPIEL

ANZEIGE



SO GEHT ES: Ab dem 06.12.2024 können Sie 1 „Chefmesser 20 cm“ aus der Linie „Ceres“ im Wert von ca. 285 € gewinnen. Der Gewinn wird von der C. Jul. Herbertz GmbH unter allen verlost, die bis zum 03.01.2025 unter www.essen-und-trinken.de/gewinnspiele teilnehmen. Weitere Details und Hinweise dort.

Walliser Laibspeise

Der Käse ist das Herzstück jedes Raclette-Abends – vor allem, wenn man ihn als halben Laib zubereitet. Dabei hilft ein klassisches Raclette-Gerät, wie es insbesondere im Schweizer Kanton Wallis gern verwendet wird. Eine Einladung zum Dahinschmelzen

Pfännchenloses Käseg Glück

In fast jedem Walliser Haushalt steht ein klassischer Raclette-Ofen, in den sich meist ein halber Laib einspannen lässt. Der Käse wird damit an der Schnittfläche erhitzt und Schicht für Schicht auf die Teller abgestrichen





Pellkartoffeln mit Kümmel

Zusammen mit sauren Gurken und Silberzwiebeln sind Pellkartoffeln, in der Schweiz „Gschwelli“ genannt, die klassischen Beilagen zum Raclette.

Rezept Seite 37

Kartoffel-Fenchel-Brot

In der Schweiz kommt zum Raclette selten Brot auf den Tisch. Auf unserer würzigen Variante mit Dinkel, Kartoffeln und Fenchel schmeckt der geschmolzene Käse aber ganz hervorragend.

Rezept Seite 37

Fermentierter Möhrensalat

Der Salat mit Möhren und Weißkohl braucht etwas Geduld bei der Zubereitung, erweitert dafür das Käsevergnügen mit wunderbar komplexen Aromen.

Rezept Seite 39

Curry-Rosenkohl

Darf es etwas mehr Gemüse sein?
Dieser gedünstete Rosenkohl ist
schnell zubereitet und bereichert das
Essen mit wärmender Currywürze.
Rezept Seite 38

Eingelegtes Gemüse

Für einen aromatischen Frischekick
haben wir Perlzwiebeln, Möhren,
Gurken und Blumenkohl
selbst sauer eingelegt.
Rezept Seite 39

Pastrami

Wer seinen Gästen zum Käse auch
Fleisch servieren möchte, kann
etwas Bündner Fleisch kaufen.
Wir haben als Alternative
rauchig-würzige Pastrami zubereitet
und dünn aufgeschnitten.
Rezept Seite 38

Zitronenbrösel

Zitronenpfeffer war gestern: Unsere
Würzstreusel aus Panko-Bröseln
mit leichter Chili-Schärfe sind
ein köstlich-knuspriges Extra auf
der Raclette-Tafel.
Rezept Seite 37



Reicht für eine große Runde: Rund 2,5 Kilo wiegt ein halber Raclette-Käselaib

Der richtige Käse

Ein Raclette kann nur so gut sein wie der Käse, der dabei geschmolzen wird. Gerade beim Kauf eines halben Laibs lohnt es sich, genau hinzuschauen. Beste Qualität und ein volles Aroma verspricht das „Raclette du Valais AOP“ bzw. das „Walliser Raclette AOP“. Für die geschützte Ursprungsbezeichnung (AOP steht für „Appellation d'Origine Protégée“) muss der halbharte Vollfettkäse im Schweizer Kanton Wallis im Kupferkessel aus roher Milch von Kühen aus der Umgebung hergestellt werden und mindestens drei Monate reifen. Auch im Rest der Schweiz sowie im französischen Savoyen wird hervorragender Raclette-Käse produziert.

Unser Küchenteam hat einen Laib von „Swiss Finest“ verwendet und freute sich über dessen feinwürzigen Geschmack und den guten Schmelz. „Swiss Finest“ betreibt einen eigenen Onlineshop für Raclette, zu dessen Sortiment auch Käse weiterer Produzenten und diverse Geräte gehören.

www.raclette-du-valais.ch; www.raclette.de

— 3 —

FRAGEN AN

Noemi Decurtins

Milchtechnologin und Geschäftsführerin der „Seiler Käserei“ in Giswil



Käserinde mitessen: ja oder nein?

Ist der Käse aus der Schweiz, kann man die Rinde ohne Bedenken mitessen. Denn nur dort steht der Käse unter einem Reinheitsgebot und darf keine Zusatzstoffe beinhalten. Die Rinde entsteht durch das sogenannte „Schmieren“ des Käses, wobei er mit einer Salzwasserlösung gebürstet wird. So findet die Reifung von außen nach innen statt und ist nach drei bis sechs Monaten fertig. Die Rinde schmeckt dann sehr aromatisch und leicht salzig. Für viele ist sie ein besonderer Leckerbissen, da sie beim Raclette schön knusprig wird.

Pfännchen oder schaben?

Geschmacklich gibt es für mich keinen großen Unterschied. Hat man den richtigen Käse, machen beide Varianten Spaß. Dabei geht es mehr um den sogenannten Röstigraben zwischen dem deutsch- und französischsprachigen Teil der Schweiz. Außerhalb des Wallis wird Raclette vor allem in der Romandie vom Laib geschabt, in der Deutschschweiz ist das eher selten und wird in Pfännchen zubereitet.

Der perfekte Raclette-Abend?

Die richtigen Beilagen sind natürlich Kartoffeln und süßsauer eingelegtes Gemüse. Beim Käse probiere ich mich gerne aus, ich esse auch mal mit Zitronenthymian oder Trüffel aromatisierte Sorten.

Raclette mit halbem Käselaib

★★ MITTELSCHWER

Für 8 Personen

• ½ Raclette-Käselaib (2,5 kg)

1. Raclette-Gerät ca. 2 Minuten vorheizen. Raclette-Käse in die Halterung einspannen und an dem Gewinde festdrehen. Käse in einem Abstand von ca. 6 cm unter dem Heizstrahler bei direkter Hitze 1–2 Minuten goldbraun backen.

2. Käse von der Hitze drehen, an dem Griff in einem Winkel von ca. 45–50 Grad über einen Teller kippen und mit der glatten Seite des Messer die geschmolzene Käseschicht abstreifen. Überstehende Ränder mit der anderen (zackigen) Messerseite gerade abschneiden und ebenfalls auf den Teller geben. Käse wieder unter den Heizstrahl drehen und wie beschrieben weiterverwenden.

ZUBEREITUNGSZEIT 3 Minuten pro Portion
PRO PORTION (60 g) 13 g E, 17 g F, 0 g KH = 206 kcal (861 kJ)

Tip Für 8 Personen verwenden wir einen halben Laib (ca. 2,5 kg). Wer das Raclette in Pfännchen zubereiten möchte, sollte pro Person 200–250 g Raclette-Käse in Scheiben einkalkulieren.



Foto Seite 34

Kartoffel-Fenchel-Brot

* EINFACH,
GUT VORZUBEREITEN

Für 1 Laib (ca. 16 Scheiben)

VORTEIG

- 2 g frische Hefe
- 150 g Dinkelmehl (Type 1050)
- 1 Tl brauner Zucker

HAUPTTEIG

- 450 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 1 El Fenchelsaat
- 370 g Dinkelmehl (Type 1050)
- 10 g Salz

Außerdem: Kartoffelpresse, Küchenmaschine mit Knethaken, runder Gärkorb, gusseiserner Topf (26 cm Ø) mit Deckel

1. Für den Vorteig Hefe, Dinkelmehl, Zucker und 150 g Wasser in einer Schale oder in einer verschließbaren Plastikbox mit einem Kochlöffel gut mischen. Teig

abgedeckt 12–14 Stunden bzw. über Nacht bei Zimmertemperatur reifen lassen.

2. Für den Hauptteig am nächsten Tag Kartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in einem Topf mit kochendem Wasser (ohne Salz) 20–25 Minuten garen. Abgießen, ca. 5 Minuten ausdampfen lassen, mit einer Kartoffelpresse durchpressen und die Masse vollständig abkühlen lassen. Fenchelsaat in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten rösten, in einem Mörser fein mahlen und abkühlen lassen.

3. Vorteig, gepresste Kartoffeln, Fenchelsaat, Dinkelmehl, 100 g kaltes Wasser und Salz in eine Rührschüssel geben. Mit den Knethaken einer Küchenmaschine auf mittlerer Stufe 10–12 Minuten zu einem geschmeidigen, elastischen Teig verkneten.

4. Teig mit einem feuchten Küchentuch abgedeckt an einem warmen Ort ca. 2 Stunden gehen lassen. Nach 30 und nach 60 Minuten den Teig jeweils von außen nach innen dehnen und falten.

5. Teig nach 2 Stunden auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem runden Laib (20 cm) formen, in einen bemehlten runden Gärkorb geben und abgedeckt ca. 2 Stunden im Kühlschrank reifen lassen.

6. Einen gusseisernen Topf mit Deckel im Backofen auf 250 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten vorheizen. Brotlaib aus dem Kühlschrank nehmen, vorsichtig auf einen Bogen Backpapier stürzen. Oberfläche 2-mal dünn einritzen. Hitze auf 220 Grad reduzieren. Topf aus dem Ofen nehmen, Brotlaib vorsichtig samt Backpapier in den Topf geben und abgedeckt ca. 30 Minuten backen. Deckel entfernen und weiter 15–20 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Ofengitter abkühlen lassen. Brot zum Raclette servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten plus Gehzeit mindestens 16 Stunden plus Backzeit ca. 50 Minuten

PRO SCHEIBE 4 g E, 1 g F, 25 g KH = 128 kcal (546 kJ)



Foto Seite 34

Pellkartoffeln mit Kümmel

* EINFACH, SCHNELL

Für 8 Portionen

- 1 kg kleine festkochende Kartoffeln
- 1 El Kümmelsaat
- Salz

1. Kartoffeln in einem Topf mit Kümmel, 1 Prise Salz und 2 l Wasser aufkochen und abgedeckt 20–25 Minuten kochen lassen. Kartoffeln abgießen, ungeschält zum Raclette servieren und warm halten (z.B. in einem Warmhaltekorbchen).

ZUBEREITUNGSZEIT 25–30 Minuten
PRO PORTION 2 g E, 0 g F, 15 g KH = 75 kcal (316 kJ)

RACLETTE-TIPP NR. 1

„Beim Schmelzen den Käse immer im Auge behalten, damit er nicht schwarz wird.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



Foto Seite 35

Zitronenbrösel

* EINFACH, SCHNELL

Für 8 Portionen

- 100 g Panko-Brösel
- 2 El Bio-Zitronenschale
- 2 El Zitronenöl
- 1 Tl Chiliflocken
- 1 Tl Fenchelsaat
- 4 El Olivenöl

1. Panko, Zitronenschale, Zitronenöl, Chiliflocken und Fenchelsaat in einer Schale mischen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Panko-Mischung darin bei mittlerer bis starker Hitze unter Rühren 2–3 Minuten goldbraun rösten. Pfanne vom Herd ziehen, mit Salz würzen und lauwarm abkühlen lassen. Brösel zum Raclette servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 10 Minuten
PRO PORTION 1 g E, 7 g F, 9 g KH = 112 kcal (470 kJ)



MAIK DAMERIUS
»e&t«-Koch

So plant unser Koch den Raclette-Abend

ZWEI TAGE VORHER

- Möhrensalat zubereiten und fermentieren lassen

AM VORTAG

- Gemüse sauer einlegen
- Brot-Vorteig mischen und über Nacht reifen lassen
- Roastbeef würzen, vakuumieren und im Kühlschrank marinieren

AM MORGEN BEVOR DIE GÄSTE KOMMEN

- Pastrami zubereiten
- Brotteig mischen, 2 Stunden gehen lassen und Brot backen

30 MINUTEN VORHER

- Käse aus dem Kühlschrank nehmen
- Pellkartoffeln zubereiten
- Curry-Rosenkohl zubereiten

KURZ VOR BEGINN

- Raclette-Ofen aufheizen
- Zitronenbrösel rösten

WÄHREND DES ESSENS

- Raclette-Käse nach und nach schmelzen und den Gästen auf die Teller schaben



Foto Seite 35

Pastrami aus Roastbeef

**** MITTELSCHWER, GUT
VORZUBEREITEN**

Für 8 Portionen

- 1 El schwarze Pfefferkörner
- 1 El roter Kampot-Pfeffer
- 1 El Senfsaat
- 1 El Fenchelsaat
- 1 El Koriandersaat
- 1 TI Knoblauchpulver
- 1 El geräuchertes Paprikapulver
- ½ El Chipotle-Pulver
- 2 El brauner Zucker
- Salz
- 1 kg Roastbeef

Außerdem: Auflaufform (30 x 24 cm),
Fleischthermometer, Klebeband, Räucher-
pistole mit Holzspänen, Vakuumiergerät
und Vakuumbeutel

1. Pfeffer, Kampot-Pfeffer, Senf-, Fenchel- und Koriandersaat in einem Mörser grob zerstoßen. Gewürze mit Knoblauch-, Paprika- und Chipotle-Pulver, Zucker und 1 TI Salz mischen. Roastbeef trocken tupfen und gegebenenfalls Sehnen entfernen. Fleisch rundum mit den Gewürzen einreiben. In einen großen Vakuumbeutel geben, vakuumieren und im Kühlschrank ca. 24 Stunden marinieren lassen.

2. Am nächsten Tag Fleisch ca. 1 Stunde abgedeckt auf Zimmertemperatur temperieren lassen. Danach Fleisch auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 120 Grad (Umluft 100 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 90 Minuten rosa garen. Fleisch nach der Garzeit aus dem Ofen nehmen, mit einem Fleischthermometer die Kerntemperatur überprüfen (sie sollte bei ca. 58–60 Grad liegen).

3. Gegartes Fleisch in eine große Auflaufform legen. Fleisch und Form fest in Frischhaltefolie einwickeln. Ein kleines Loch in die Folie machen, Räucher-schlauch einlegen. Schlauch und Folie mit Klebeband umwickeln und abdichten. Rauchmotte oder Holzspäne in eine Räucherpistole geben, anzünden und das Fleisch mithilfe einer Räucherpistole ca. 20–30 Minuten räuchern.

4. Fleisch komplett auskühlen lassen. Fleisch in dünne Scheiben schneiden und zum Raclette servieren.

**ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten plus Marinier-
zeit 24 Stunden plus Garzeit 90 Minuten plus**

Räucherzeit mindestens 20 Minuten
**PRO PORTION 28 g E, 5 g F, 2 g KH =
172 kcal (725 kJ)**

Tipp Alternativ kann Pastrami oder auch Bündner Fleisch beim Metzger oder im Fleischfachhandel gekauft werden.

RACLETTE-TIPP NR. 2

*„Eventuelle Reste
vom Raclette-Käse
eignen sich bestens
zum Überbacken
oder für Croque
Monsieur.“*

»e&t«-Koch Maik Damerius



Foto Seite 35

Curry- Rosenkohl

*** EINFACH, SCHNELL**

Für 8 Portionen

- 800 g Rosenkohl (klein)
- Salz
- 3 Schalotten (à 30 g)
- 1 El Butter (10 g)
- Pfeffer
- 1 TI Anapurna-Curry

1. Rosenkohl putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen. Am Strunk kreuzweise einritzen. Größere Köpfe halbieren. Im kochenden Salzwasser 1–2 Minuten garen, in kaltem Wasser abschrecken, in einem Sieb abtropfen lassen und trocken tupfen.

2. Schalotten halbieren und in feine Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen, Rosenkohl und Schalotten darin bei mittlerer bis hoher Hitze 2–3 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Currypulver würzen. Curry-Rosenkohl zum Raclette servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten
**PRO PORTION 3 g E, 1 g F, 3 g KH =
46 kcal (195 kJ)**



Foto Seite 35

Sauer eingelegetes Gemüse

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 8 Portionen (4 Gläser)

- 300 g Perlzwiebeln
- 4 gelbe Möhren (à 60 g)
- 500 g Blumenkohl
- 4 Mini-Gurken (à 120 g)
- 4 Lorbeerblätter
- 8 Sternanis • 4 El helle Senfsaat
- 8 Gewürznelken
- 4 rote Chilischoten • 200 g Zucker
- 250 ml trockener Weißwein
- 250 ml Weißweinessig • Salz

Außerdem: 4 saubere, verschließbare Einmachgläser (à 500 ml Inhalt)

1. Perlzwiebeln 10 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen und pellen. Möhren putzen, schälen, waschen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Blumenkohl putzen, waschen, trocken tupfen und in 2–3 cm große Röschen teilen. Gurken waschen, trocken tupfen, halbieren und in ca. 3 cm große Stücke schneiden.

2. Je etwas Gemüse und 1 Lorbeerblatt, 2 Sternanis, 1 El Senfsaat, 2 Nelken, 1 Chilischote auf die sauberen Einmachgläser verteilen. Zucker, Weißwein, Essig, 2 gestrichene El Salz und 700 ml Wasser in einem Topf aufkochen. Die Gläser bis knapp unter den Rand mit heißem Essigsud auffüllen. Das Gemüse sollte jeweils vollständig mit Sud bedeckt sein. Gläser verschließen, ca. 10 Minuten auf den Kopf stellen und abkühlen lassen. Gemüse mindestens 24 Stunden ziehen lassen. Eingelegetes Gemüse zum Raclette servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten plus Ziehzeit mindestens 24 Stunden

PRO PORTION 2 g E, 0 g F, 8 g KH = 48 kcal (208 kJ)

Tipp In ungeöffneten Gläsern hält sich das eingelegete Gemüse im Kühlschrank mindestens 4 Wochen.

RACLETTE-TIPP NR. 3

„Für kleinere Runden gibt es Geräte, in die sich Viertellaibe einspannen lassen.“

»e&t«-Koch Maik Damerius

Selten köstlich

Schweizer Weine sind rar, haben ihren Preis – und bieten Potenzial für echte Erlebnisse. Jonas Ettlins „Vivace“ vom Zürichsee aus der autochthonen Rebsorte Räuschling schafft den Spagat zwischen Leichtigkeit- und Stoffigkeit. Seine vielschichtige Zitrus-Aromatik nimmt dem Käse die Schwere. Gekonnter Holzeinsatz verleiht dem Wein das nötige Rückgrat, um dabei auch selbst strahlen zu können.

Jonas Ettlin Räuschling „Vivace“ 2022, 49,90 Euro, über www.tesdorf.de



Foto Seite 34



Fermentierter Möhrensalat

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 8 Portionen

- 600 g Möhren
- 600 g Weißkohl
- 4 Frühlingszwiebeln
- Salz
- 1 Tl Zucker
- 3 El Weißweinessig

Außerdem: Einmalhandschuhe, Fermentierglas mit Schraubverschluss (1 l Inhalt)

1. Möhren putzen, schälen, waschen und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Weißkohl putzen, äußere Blätter entfernen,

waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen, trocken tupfen. Die weißen und hellgrünen Teile in feine Ringe schneiden. Möhren, Weißkohl und Frühlingszwiebeln mit 1 Tl Salz, Zucker und Weißweinessig mit Einmalhandschuhen in einer Schüssel ca. 1 Minute verkneten. Salat ca. 10 Minuten ziehen lassen.

2. Salat in ein sauberes Glas mit Schraubverschluss geben, mit dem Deckel verschließen und 2–3 Tage bei Zimmertemperatur fermentieren lassen. Nach der Fermentierzeit Möhrensalat zum Raclette servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten plus Fermentierzeit mindestens 2 Tage

PRO PORTION 1 g E, 0 g F, 8 g KH = 49 kcal (206 kJ)

Schmelzen mit Stil

Egal ob halber Laib oder Pfännchen:
Für den großen Raclette-Plausch
benötigen Sie nur etwas Zeit,
die passenden Zutaten – und die
richtige Ausstattung



Flexibles Raumwunder

Nur wenige Geräte für ein Raclette mit Pfännchen sind so vielseitig wie der „Raclette Grill RC 1600 Fun“ von Rommelsbacher. Die zwei Teile lassen sich einzeln verwenden, können für größere Runden aber auch miteinander verbunden und sogar um ein drittes Gerät ergänzt werden. Für genügend Platz auf dem Tisch sorgt das Parkdeck im Untergeschoss für nicht benutzte Pfännchen. 210 Euro
www.rommelsbacher.de/raclettes



Robuste Klassiker

Seit 1967 stellt TTM im Walliser Städtchen Sierre Raclette-Geräte her. Das Sortiment reicht von einer Zange, mit der sich der Käse laib direkt am offenen Feuer schmelzen lässt, über teelichtbeheizte To-go-Sets bis zu traditionellen Geräten wie das Modell „Ambiance“, ca. 280 Euro. Praktisch dazu: das Raclette-Messer mit einer Seite zum Abstreifen und einer zum Abschneiden der knusprigen Rinde, ca. 40 Euro, www.ttmsa.ch – in Deutschland erhältlich über www.swiss-finest.de

Tischtauglicher Sack

Ein Raclette-Abend zieht sich gern in die Länge wie die Fäden des geschmolzenen Käses. Damit die Pellkartoffeln am Tisch warm bleiben, kommen sie in der Schweiz traditionell in einen Warmhaltesack. Wir mögen für unsere „Gschwelli“ zum Beispiel diese Jute-Variante des Schweizer Herstellers Spima, 35 Euro – in Deutschland erhältlich über www.swiss-finest.de



Fruchtiger Abschluss

Im Wallis reifen neben Käselaiiben auch Aprikosen der alten Sorte Luizet. Sie sind die Grundlage für die Abricotine, ein Obstbrand, der sich mit seinem vollen, fruchtigen Aroma bestens als Digestiv nach einem üppigen Raclette eignet. Zu den besten Produzenten gehört die „Distillerie Morand“, ein vor über 130 Jahren gegründeter Familienbetrieb aus Martigny. 0,7 l, ca. 66 Euro www.morand.ch – in Deutschland u. a. erhältlich über www.banneke.com



JONAS MORGENTHALER

»e&t«-Redakteur

„Als Schweizer geht es mir beim Raclette vor allem um den puren Käsegeschmack. Daher kaufe ich selten welchen, der zusätzlich aromatisiert ist – mit einer Ausnahme: Ich liebe die rustikalen Aromen von geräuchertem Raclette-Käse.“

Das Original vor Ort



Wer gern Raclette isst und im Wallis unterwegs ist, sollte einen Besuch im Château de Villa in Sierre einplanen: Das Restaurant in einem jahrhundertealten Patrizierhaus ist eine Institution, wenn es um diesen Klassiker geht. Das Team streicht bei der Degustation jeweils AOP-Rohmilchkäse von fünf verschiedenen Walliser Molkereien oder Alpen auf die Teller – à discrétion. Dazu gibt es ganz traditionell Kartoffeln, Silberzwiebeln und Cornichons. Auch für Wein ist das Château ein fester Wert: Über 800 Positionen stehen auf der Karte – alle von Walliser Weingütern.

Château de Villa, Sierre,
Rue de Sainte-Catherine 4,



Pikante Mischung

Während in manchen Haushalten beim Raclette der halbe Gewürzschrank auf dem Tisch steht, schwören andere auf eine einzige Gewürzmischung. Die der Manufaktur „Zauber der Gewürze“ überzeugt – unter anderem dank verschiedener Pfeffersorten und Piment d'Espelette – mit prägnanter Schärfe und vielschichtigem Aroma. Ca. 8 Euro www.zauberdergewuerze.de

Schicke Schälchen

So ein Raclette-Gerät ist ja in der Regel keine Schönheit. Umso wichtiger ist die Ästhetik um das Ding herum. Beilagen wie die Zitronenbrösel oder auch das eingelegte Gemüse machen sich zum Beispiel bestens in diesen puristischen Keramikschälchen mit Servierbrett von Moritz & Moritz, 20 Euro www.moritzundmoritz.com



Die schnelle Woche

Unser Koch Tom bringt Farbe in die Alltagsküche: Mit Veggie-Labskaus (pink), Kartoffelsuppe (zartgelb) und Quesadilla mit Dip (knallgrün) schlägt er dem Winterblues ein Schnippchen

Frisch vom Markt:
Fenchel mit
Grün, Rosenkohl
und Kartoffeln



Ofen-Pellkartoffeln mit Möhren-Pastinaken-Salat

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

- 400 g kleine festkochende Kartoffeln
- 4 El Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 200 g Pastinaken
- 200 g Möhren
- Zucker
- 10 Stiele Schnittlauch
- 100 g Schmand
- 2 El Zitronensaft
- 80 g Feldsalat
- 1 El Tahin
- ½ Tl gemahlener Kreuzkümmel

1. Kartoffeln sorgfältig waschen, trocken tupfen und in einer Schale mit 1 El Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen. Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 rad) auf der mittleren Schiene 30–35 Minuten backen.

2. Inzwischen Pastinaken und Möhren schälen. Wurzeln der Länge nach auf einem Küchenhobel in dünne Scheiben hobeln. In einer Schale mit Salz und 1 Prise Zucker verkneten und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

3. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Mit Schmand, 1 El Olivenöl, 1 El Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren.

4. Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Tahin, restlichen Zitronensaft (1 El), restliches Olivenöl (2 El), 2 El Wasser, Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer verrühren. Möhren und Pastinaken mit Feldsalat und Tahin-Dressing mischen. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, pellen und auf vorgewärmten Tellern mit Salat und Schmand anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 9 g E, 38 g F, 44 g KH = 580 kcal (2433 kJ)

45 Min.

Montag



45 Min.

Dienstag



Vegetarisches „Labskaus“

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

- 400 g mehligkochende Kartoffeln
- 500 ml Rote-Bete-Saft
- 200 ml Gemüsebrühe
- Salz
- 2 Eier (Kl. M)
- 120 g Salatgurke
- 4 Stiele Dill
- 1 Schalotte (30 g)
- 2 El Olivenöl
- 1 El gelbe Senfkörner
- 3 El Weißweinessig
- 1 El Waldhonig
- Pfeffer
- 150 g Rote Bete (vorgekocht; vakuumiert)
- 1 El Butter (10 g)
- 2 El Schlagsahne
- Muskatnuss
- 1 Beet Gartenkresse

1. Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Kartoffeln mit Rote-Bete-Saft, Gemüsebrühe und etwas Salz in einen Topf geben, aufkochen und zugedeckt ca. 20 Minuten weich garen.

2. Inzwischen Eier in kochendem Wasser 6:30 Minuten wachweich kochen. Eier abgießen, abschrecken und pellen. Gurke waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben hobeln. Dillspitzen von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Gurken und Dill in eine Schale geben, mit etwas Salz mischen und ca. 5 Minuten ziehen lassen.

3. Schalotte in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Senfkörner darin bei mittlerer Hitze 1–2 Minuten dünsten. 100 ml Wasser, Essig und Honig zugeben und ca. 6 Minuten offen kochen lassen. Sud vom Herd ziehen und abkühlen lassen. Gurken mit den Händen leicht ausdrücken und in einer Schale mit dem Essigsud

mischen. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.

4. Rote Bete im Sieb abtropfen lassen und in grobe Würfel schneiden (Küchenhandschuhe benutzen!). Betewürfel zu den Kartoffeln geben und ca. 2 Minuten mitkochen lassen. In ein Sieb abgießen, dabei etwas Sud auffangen. Kartoffeln und Bete zurück in den Topf geben, Butter und Sahne zugeben und alles mit einem Kartoffelstampfer fein stampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und gegebenenfalls etwas Sud zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

5. Gartenkresse vom Beet schneiden. Auf 2 Tellern etwas Püree, je ein halbiertes Ei und Gurkensalat anrichten. Mit Gartenkresse und frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten
PRO PORTION 11 g E, 22 g F, 39 g KH =
420 kcal (1761 kJ)



Kartoffel-Käse-Suppe mit knusprigem Schinken

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Zwiebeln
- 1 El Butter (10 g)
- Salz • Pfeffer
- 1 l Gemüsebrühe
- 200 ml Schlagsahne
- 6 Scheiben dünn geschnittener Schwarzwälder Schinken
- 1 El Olivenöl
- 80 g Appenzeller
- 1 Frühlingszwiebel
- 4 Stiele krause Petersilie

1. Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebeln in feine Würfel schneiden. Butter in einem Topf zerlassen und die vorbereiteten Zutaten darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten farblos dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Gemüsebrühe und Sahne auffüllen, aufkochen und zugedeckt bei milder bis mittlerer Hitze 20–25 Minuten kochen.

2. Inzwischen Schinkenscheiben halbieren. Wenig Öl in einer Pfanne erhitzen und den Schinken darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2 Minuten knusprig braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3. Käse fein reiben. Kartoffelsuppe und Käse in eine Standmixer geben und fein mixen. Zurück in den Topf gießen, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und warm halten. Frühlingszwiebel putzen, waschen und das Weiße und Hellgrüne schräg in feine Ringe schneiden.

4. Petersilienblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Suppe in vorgewärmte tiefe Teller geben. Mit Schinken, Petersilie und Frühlingszwiebeln anrichten und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten
PRO PORTION 12 g E, 28 g F, 19 g KH = 390 kcal (1637 kJ)





Orecchiette mit Rosenkohl und Burrata

★ EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

- 300 g Rosenkohl
- 100 g rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- ½ rote Pfefferschote
- 200 g Orecchiette (Öhrchennudeln)
- Salz • 4 El Olivenöl
- Pfeffer
- 4 Stiele Estragon
- 2 El Butter (20 g)
- 1 Kugel Burrata (à 125 g)

1. Rosenkohl putzen, dabei die äußeren Blätter entfernen. Rosenkohl waschen und halbieren. Zwiebeln in feine Würfel schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Pfefferschote waschen und in feine Würfel schneiden.

2. Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung bissfest garen. 3 El Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Vorbereitetes Gemüse darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Estragonblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Nudeln in ein Sieb abgießen, dabei ca. 100 ml Nudelwasser auffangen. Nudeln, Nudelwasser, Estragon und Butter in die Pfanne zum Gemüse geben, aufkochen und unter Rühren ca. 2 Minuten kochen, bis eine sämige Sauce entsteht.

4. Burrata abtropfen lassen und halbieren. Nudeln und je eine Burratahälfte in zwei vorgewärmten Schalen anrichten, mit restlichem Olivenöl (1 El) beträufeln und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

PRO PORTION 24 g E, 42 g F, 78 g KH = 835 kcal (3494 kJ)



Ofen-Forelle mit Fenchel und Meerrettich-Dressing

* EINFACH, SCHNELL

Für 2 Portionen

- 2 Fenchelknollen (à 300 g; mit Grün)
- 1 Bio-Orange (250 g)
- 5 El Olivenöl
- Salz • Pfeffer
- ½ Tl edelsüßes Paprikapulver
- 2 Forellen (küchenfertig; à 300 g)
- 10 g frischer Meerrettich
- 2 El Apfelessig
- 1 El Honig
- 1 Tl grober Dijon-Senf

1. Fenchel putzen, dabei das Grün abschneiden und beiseitestellen. Fenchel waschen, trocken tupfen und den Strunk keilförmig herausschneiden. Fenchel halbieren und schräg in ca. 1 cm dicke Stücke schneiden. Orange heiß abwaschen, trocken reiben und in dünne Scheiben schneiden. Fenchel und Orange mit 2 El Olivenöl, Salz, Pfeffer und Paprikapulver mischen.

2. Forellen trocken tupfen und rundum mit Salz und Pfeffer würzen. Fenchel und Orangenscheiben auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Forellen darauflegen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 20–25 Minuten backen.

3. Inzwischen Meerrettich fein reiben und mit restlichem Olivenöl (3 El), Apfelessig, Honig, Senf, Salz und Pfeffer in einer Schale verrühren. Fenchelgrün grob schneiden.

4. Forellen aus dem Ofen nehmen. Fenchel, Forellen und Orangenscheiben auf vorgewärmten Platten anrichten. Mit der Meerrettich-Vinaigrette beträufeln. Fenchelgrün darüberstreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 33 g E, 29 g F, 16 g KH = 480 kcal (2018 kJ)

45 Min.
Freitag

Mangold-Quesadillas

★ EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Stück

- 1 grüne Paprikaschote (à 200 g)
- ½ grüne Pfefferschote
- 4 Stiele krause Petersilie
- 2 El Olivenöl
- 2 Limettensaft
- Salz • Pfeffer
- 200 g Mangold
- 120 g weiße Champignons
- 1 Knoblauchzehe
- 2 El Butter (20 g)
- 60 g Gruyère
- 2 Weizen-Tortillas (à 62 g)
- 100 g Ricotta
- 2 El Dukkah (arabische Gewürzmischung)

1. Paprika putzen, waschen, vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Pfefferschote waschen und in feine Ringe schneiden.

Petersilienblätter von den Stielen abzupfen. Alle Zutaten mit Olivenöl, Limettensaft, Salz und Pfeffer im Blitzhacker fein mixen. Dip bis zum Servieren kalt stellen.

2. Mangold putzen, waschen und trocken schleudern. Stiele und Blätter in ca. 2 cm breite Stücke schneiden. Pilze putzen und in dünne Scheiben schneiden. Knoblauch fein würfeln. Butter in einer Pfanne zerlassen. Mangold, Pilze und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ca. 6 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und aus der Pfanne nehmen. Pfanne säubern.

3. Käse fein reiben. Tortilla-Fladen auf die Arbeitsfläche legen und auf den unteren

Hälften Mangoldfüllung und Ricotta verteilen. Käse darüberstreuen. Fladen über der Füllung zusammenklappen und leicht andrücken.

4. Pfanne ohne Fett erhitzen und die Quesadillas darin nacheinander bei mittlerer Hitze von jeder Seite 2–3 Minuten goldbraun braten. Quesadillas mit einem Messer in je 3 gleich große Stücke schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit dem Paprika-Dip und mit je 1 El Dukkah bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

PRO PORTION 24 g E, 39 g F, 40 g KH = 638 kcal (2678 kJ)

30 Min.

Samstag

Tandoori-Hähnchen mit Wirsing und Wildreis

★ EINFACH, SCHNELL

Für 2 Portionen

- 2 Hähnchenbrustfilets (à 200 g)
- 2 El Tandoori-Paste (Asia-Laden)
- 5 El Erdnussöl
- 120 g Wildreis • Salz
- 1 rote Zwiebel (150 g)
- ½ rote Pfefferschote
- 300 ml Geflügelbrühe
- 1 El Honig
- 200 g Wirsing
- 1 Knoblauchzehe
- Pfeffer • 1 Limette
- 4 Stiele Minze

40 Min.

Sonntag

1. Hähnchenbrustfilets trocken tupfen und in einer Schale mit 1 El Tandoori-Paste und 2 El Erdnussöl marinieren. Filets auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen.

2. Inzwischen Wildreis in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung garen. Zwiebel in feine Würfel schneiden. Pfefferschote waschen und in feine Ringe schneiden. 1 El Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Pfefferschote bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten dünsten. Restliche Tandoori-Paste (1 El) einrühren und ca. 2 Minuten mitdünsten. Mit Geflügelbrühe auffüllen, Honig zugeben und ca. 2 Minuten sämig einkochen lassen.

3. Wirsing putzen, waschen und schräg in feine Streifen schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Restliches Erdnussöl (2 El) in einer Pfanne erhitzen. Wirsing und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten dünsten, mit Salz und Pfeffer würzen. Hähnchen aus dem Ofen nehmen und in Scheiben schneiden. In die Sauce geben und darin ziehen lassen

4. Reis abgießen. Limette heiß abwaschen, trocken reiben und vierteln. Minzblätter von den Stielen abzupfen. Reis, Wirsing und Tandoori-Hähnchen auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Limettenvierteln garnieren und mit Minze bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten

PRO PORTION 60 g E, 27 g F, 64 g KH = 774 kcal (3242 kJ)

*Neue Serie:
Lieblingsnudeln*

Taschen voller Gold

Von Hand gemacht oder mit besonderen Saucen – in unserer neuen Serie feiern wir die Nudel-Vielfalt. Los geht es mit hausgemachten Fagottini. Die filigranen Teigsäckchen sind mit Eigelb gefüllt und werden mit Trüffelhobeln serviert. Was für ein starker Auftakt!

Eigelb-Fagottini mit Nussbutter-Hollandaise und schwarzer Trüffel

Alles vom Feinsten: Selbst gemachte Teigtäschchen zeugen von Fingerfertigkeit, braune Butter verleiht der Sauce ihre Tiefe, und Trüffel setzt Highlights.

Rezept Seite 52





Eigelb-Fagottini mit Nussbutter-Hollandaise und schwarzer Trüffel

**** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH**

Für 6 Portionen

TEIG

- 130 g Weizenmehl (Type 405) plus etwas zum Bearbeiten
- 75 g doppelt gemahlener Hartweizengrieß (Semola di grano duro rimacinata) plus etwas zum Bearbeiten
- 2 Eier (Kl. M) • Salz
- 1 Eiweiß (Kl. M)

FÜLLUNG

- 2 Blatt weiße Gelatine
- 8 Eigelb (Kl. M)
- Pfeffer
- 100 g ital. Hartkäse (z. B. Parmesan)
- 50 ml trockener Weißwein

NUSSBUTTER-HOLLANDAISE

- 150 g Butter
- 4 Eigelb (Kl. M)
- Salz
- 50 ml trockener Weißwein
- 1 TI mittelscharfer Senf

MANGOLD UND TRÜFFEL

- 400 g bunter Mangold (ersatzweise Spinat)
 - 1 Ei Butter (10 g)
 - Salz
 - Pfeffer
 - 20 g schwarze Trüffel
- Außerdem: Nudelmaschine, Spritzbeutel mit Lochtülle (11 mm Ø)

1. Für den Teig Mehl, Grieß, Eier, 1 Ei kaltes Wasser und 1 Prise Salz in einer Schüssel mit den Knethaken des Handrührers kneten. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche mit den Händen weitere 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

2. Für die Füllung inzwischen Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Eigelbe und Pfeffer in einer Rührschüssel mit dem Schneebesenauflauf der Küchenmaschine oder den Quirlen des Handrührers cremig aufschlagen.

3. Käse fein reiben. Weißwein in einem Topf erwärmen, Topf vom Herd nehmen und die Gelatine unter Rühren darin auflösen. Gelatine-Weißwein-Mischung in einem dünnen Strahl unter Rühren zum Eigelb gießen. Käse unterheben. Masse in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und ca. 1 Stunde kalt stellen.

4. Inzwischen den Nudelteig halbieren und mit einer Nudelmaschine von Stufe 1 bis 7 nacheinander dünn ausrollen. Die zwei Nudelbahnen in jeweils 21 Quadrate à 6x6 cm schneiden. Eiweiß verquirlen. Jeweils 1 TI Eigelbfüllung in die Mitte jedes Teigquadrats spritzen. Teigländer dünn mit Eiweiß bepinseln. Die Spitzen der Quadrate diagonal über der Füllung zusammendrücken und die Ränder fest verschließen. Teigtaschen auf ein mit Hartweizengrieß bestreutes Backblech geben und bis zum Gebrauch kalt stellen.

5. Für die Hollandaise Butter in einem Topf zerlassen und bei mittlerer bis starker Hitze 5–6 Minuten bräunen. Durch ein feines Sieb gießen und die Nussbutter lauwarm abkühlen lassen. Eigelbe, Salz, Weißwein und Senf in einer Schüssel über einem Wasserbad mit einem Schneebesen hell schaumig aufschlagen. Nussbutter langsam, nach und nach in einem dünnen Strahl unter ständigem Rühren zugeben, bis eine cremige Hollandaise entsteht. Mit Salz abschmecken und warm halten.

6. Mangold putzen, waschen, trocken tupfen und in grobe Stücke schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen und Mangold darin bei mittlerer Hitze 3–4 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer



Beim Zuschneiden, Füllen und Verschließen der Fagottini lieber zu viel als zu wenig Grieß auf der Arbeitsplatte verteilen, damit die dünnen Teigplatten nicht aneinanderkleben. Nur wenn gleichmäßige Quadrate geschnitten werden, schließen die Teigtaschen vollständig und können beim Kochen keine Füllung verlieren. Trocknet der Teig etwas an, schadet das nicht, sondern gibt den Nudeln mehr Textur.

würzen und das Mangoldgemüse warm halten. In einem Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Pasta hineingeben und bei kleiner Hitze 3–4 Minuten gar ziehen lassen.


7. Fagottini, etwas Mangold und Hollandaise auf vorgewärmten Tellern anrichten. Trüffel mit einem Trüffelhobel frisch darüberhobeln, mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden plus Kühlzeit 30 Minuten
PRO PORTION 19 g E, 41 g F, 25 g KH = 564 kcal (2364 kJ)

Tipp Die restlichen Eiweiße kann man einfrieren. Am besten aufteilen und mit der Mengenzahl beschriften, dann kann man sie für unterschiedliche Gelegenheiten auftauen und z. B. für Soufflé, Baiser oder einen Aperol Sour verwenden.

„Bei der Füllung kommt es auf die Garzeit an. Kochen die Fagottini zu lange, wird die Eigelb-Füllung fest. Deshalb am besten zuerst nur eine Nudeltasche kochen, um die Kochzeit zu prüfen.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



In Reih und Glied: Fagottini
erinnern in der Form an kleine
Kuverts. Der italienische Name
heißt übersetzt „Bündelchen“

LACHS

Auf der Erfolgswelle

Lachs ist nach wie vor der unangefochtene Star deutscher Fisch-Fans. Wir servieren ihn gebraten, gebeizt, gedämpft oder confiert – fünf Trend-Rezepte mit dem Multitalent der Meere

Festes Fleisch, mildes Aroma: Lachs ist begehrt. Rund 3 Kilo verzehrt jeder Deutsche pro Jahr, Tendenz steigend



Gedämpfter Ingwer-Lachs mit Rosenkohl

Über Dampf gegart, schmilzt
enthaltenes Fett im Lachs-
fleisch ganz sacht, macht es
einzigartig aromatisch.
Rezept Seite 60

A top-down view of a dining table with a light-colored wooden surface. In the upper left, a small white bowl with a scalloped rim is filled with golden-brown, round potato chips. Below it, a larger, light-colored ceramic plate with a rough, textured rim holds two large, pan-seared salmon fillets. The salmon is topped with a green herb crust and surrounded by a creamy sauce, wilted green vegetables, and several potato chips. To the right of the plate, a silver knife and fork are placed on a folded pink cloth. The text 'Lachsfilet mit Rahmwirsing und Café-de-Paris-Butter' is printed in a serif font, followed by a descriptive paragraph and a recipe reference.

Lachsfilet mit Rahmwirsing und Café-de- Paris-Butter

Ein cremiges Bett aus Wirsing
erweist sich als perfekte
Bühne für kross gebratenes
Lachsfilet. **Rezept Seite 60**

Sushi-Bowl mit gebeiztem Asia-Lachs

Zeigt sich definitiv von seiner besten Seite: mit Szechuan-Pfeffer, Zitronengras, Limette und Salz gebeiztes Lachsfilet.

Rezept Seite 61

Lachs-Gemüse-Wok mit Glasnudeln

Lässt sich gern mit den Aromen
Asiens ein: Hier ergeben saftige
Lachswürfel mit Glasnudeln und
Brokkoli ein feines Blitzgericht.
Rezept Seite 61





Confiertes Lachs mit Graupen-Risotto

Badet Lachs im warmen Kräuteröl, entwickelt er eine ausgesprochen elegante Note. Perfekt serviert zu italienisch angehauchten Graupen.
Rezept Seite 62



Foto Seite 55

Gedämpfter Ingwer-Lachs mit Rosenkohl

★ EINFACH, SCHNELL

Für 4 Portionen

GEMÜSE

- 400 g Rosenkohl
- Salz
- 500 g festkochende Kartoffeln
- 2 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- 1 Tl Koriandersaat
- 1 El Butter (10 g)
- Pfeffer

LACHS UND SAUCE

- 2 Kaffirlimettenblätter
- 30 g frischer Ingwer
- 1 Tl Koriandersaat
- 200 ml Fischfond (aus dem Glas)

- 100 ml Schlagsahne
 - 2 El Zitronensaft
 - 1 El Fischesauce
 - 1 Tl Bio-Zitronenschale
 - ½–1 Tl Chiliflocken
 - 4 Stücke Lachsfilet (à 160 g; küchenfertig; ohne Haut; z.B. Bio-Lachs aus nachhaltiger Aquakultur)
 - Salz
 - 2 El Butter (20 g)
 - Pfeffer
 - 4 Stiele Dill
- Außerdem: Topf mit passendem Dampfkorb und Deckel (26 cm Ø)

1. Für das Gemüse Rosenkohl putzen, waschen und abtropfen lassen. In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen, Rosenkohl darin ca. 5 Minuten vorgaren. Rosenkohl abgießen, in kaltem Wasser kurz abschrecken und gut abtropfen lassen.

2. Kartoffeln waschen, schälen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Sonnenblumenöl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Kartoffelwürfel darin bei milder bis mittlerer Hitze unter Wenden 15–20 Minuten kross braten.

3. Für den Lachs Limettenblätter waschen. Ingwer schälen und fein schneiden. 1 Tl davon beiseitelegen. Restlichen Ingwer, Koriander, Fischfond, Sahne, Limettenblätter, Zitronensaft und Fischesauce in einem Topf aufkochen. Bei milder Hitze 3 Minuten kochen lassen.

4. Zitronenschale, restlichen Ingwer (1 Tl) und Chiliflocken mischen. Lachsfilets trocken tupfen, eventuell noch vorhandene Gräten entfernen. Filets mit Salz und der Chilimischung würzen. Filets in einen Dampfkorb legen und über den kochenden Sud setzen. Zugedeckt 6–8 Minuten dämpfen, bis das Fleisch im Inneren noch leicht glasig ist.

5. Für das Gemüse Koriandersaat in einem Mörser grob zerstoßen. Butter, Rosenkohl und Koriander zu den Kartoffeln in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze unter Wenden weitere 4–5 Minuten braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Den Dampfkorb vom Topf heben und zugedeckt warm halten. Sud durch ein feines Sieb in einen Topf passieren und aufkochen. Butter zugeben und mit einem Stabmixer fein aufschäumen. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dillspitzen von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Lachsfilet und Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten. Jeweils etwas Sauce darüberträufeln. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und Dill bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 38 g E, 36 g F, 20 g KH = 579 kcal (2428 kJ)



Foto Seite 56

Lachsfilet mit Rahmwirsing und Café-de-Paris-Butter

★ EINFACH, SCHNELL

Für 4 Portionen

CAFE-DE-PARIS-BUTTER

- 4 Stiele Estragon
- 2 Sardellenfilets (in Öl)
- 1 El Kapern
- 1 El Dijon-Senf
- 1 El Madeira
- 1 Tl Tomatenmark
- 150 g Butter (weich)
- Meersalz • Pfeffer

KARTOFFELCHIPS

- 250 g Bio-Kartoffeln (vorwiegend festkochend)
- 500 ml neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- Salz

RAHMWIRSING

- 500 g Wirsing

- Salz
- 4 Stiele Petersilie
- 1 El Butter (10 g)
- 1 El Mehl
- 150 ml Gemüsebrühe
- 150 ml Schlagsahne
- Pfeffer • Muskatnuss

LACHS

- 8 Stücke Lachsfilet mit Haut (à 80 g; küchenfertig; z.B. Bio-Lachs aus nachhaltiger Aquakultur)
 - Salz • Pfeffer
 - 1 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- Außerdem: Küchenhobel, Küchenthermometer

1. Für die Butter Estragonblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Sardellenfilets und Kapern in einem Sieb abtropfen lassen und fein schneiden. Estragon, Sardellen, Kapern, Senf, Madeira und Tomatenmark glatt rühren.

2. Butter und Würzmischung in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben. Mit den Schneebesens luftig aufschlagen. Café-de-Paris-Butter mit Meersalz und Pfeffer würzen, in ein Schälchen geben und kalt stellen.

3. Für die Kartoffelchips Kartoffeln sorgfältig waschen, trocken reiben und mit einem Küchenhobel in 1 mm dünne Scheiben hobeln. Kartoffelscheiben kalt spülen und gut trocken tupfen. Sonnenblumenöl in einem breiten Topf auf ca. 170 Grad erhitzen. Kartoffelscheiben portionsweise im heißen Öl 2–3 Minuten goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

4. Für den Rahmwirsing Wirsing putzen, in 1–2 cm große Stücke schneiden und waschen. In einem Topf in kochendem Salzwasser 1–2 Minuten garen. Wirsing in kaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen. Petersilienblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden.

5. Butter in einem Topf zerlassen. Mehl einstreuen und kurz anschwitzen. Unter Rühren Gemüsebrühe und Sahne zugießen, aufkochen lassen. Bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren ca. 5 Minuten kochen. Wirsing und Petersilie zugeben, weitere 4–6 Minuten bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren kochen lassen, bis der Wirsing mit noch leichtem Biss gegart ist. Rahmwirsing mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

6. Lachsfilets trocken tupfen, eventuell noch vorhandene Gräten entfernen. Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Sonnenblumenöl in einer breiten beschichteten Pfanne erhitzen. Lachsfilets mit der Hautseite nach unten bei mittlerer bis starker Hitze 2–3 Minuten braten. Lachsfilets wenden, 2 El

Café-de-Paris-Butter zugeben und unter Schwenken schmelzen lassen. Filetstücke bei kleiner Hitze ca. 2 Minuten gar ziehen lassen, währenddessen öfter mit der Bratbutter aus der Pfanne beträufeln.

7. Rahmwürsting und je 2 Stücke Lachsfilet auf vorgewärmten Tellern anrichten. Bratbutter aus der Pfanne darüberträufeln und mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen. Chips und restliche Café-de-Paris-Butter dazu servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 37 g E, 69 g F, 15 g KH = 858 kcal (3593 kJ)



Foto Seite 57

Sushi-Bowl mit gebeiztem Asia-Lachs

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 6 Portionen

GEBEIZTER LACHS

- 1 El Szechuan-Pfeffer
- 2 Stangen Zitronengras
- 3 Kaffirlimettenblätter
- 1 Bio-Limette
- 1 Stück Lachsfilet mit Haut (800 g; küchenfertig; z. B. Bio-Lachs aus nachhaltiger Aquakultur)
- 150 g Salz
- 100 g Zucker

SUSHI-BOWL

- 300 g Sushi-Reis

- Salz
 - 200 g TK-Edamamekerne
 - 2 El Chilisauce (z. B. Sriracha)
 - 4 El Sojasauce
 - 5 El Reisessig
 - 6 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
 - 60 g eingelegter Sushi-Ingwer
 - 1 Beet Korianderkresse
- Außerdem: große Auflaufform (25 x 35 cm)

1. Für den gebeizten Lachs am Vortag Szechuan-Pfeffer in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten rösten. Auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Szechuan-Pfeffer in einem Mörser fein zerstoßen. Vom Zitronengras die äußeren harten Blätter entfernen, Inneres z. B. mit einem Fleischklopfer leicht anknöpfen und in feine Ringe schneiden. Limettenblätter heiß abwaschen, trocken tupfen und grob zerzupfen. Limette heiß abwaschen und trocken reiben. Ca. 1 Tl Schale fein abreiben. Limette halbieren und den Saft (ca. 2 El) auspressen.

2. Lachsfilet trocken tupfen und eventuell noch vorhandene Gräten sorgfältig entfernen. Salz, Zucker, Limettenschale, Limettensaft, Zitronengras, Limettenblätter und Szechuan-Pfeffer in einer Schüssel mischen. Ca. 1/3 der Salzmischung in einer großen Auflaufform verteilen. Lachsfilet mit der Haut nach unten darauflegen. Restliche Salzmischung gleichmäßig auf dem Lachsfleisch verteilen und etwas andrücken. Form mit Frischhaltefolie verschließen. Lachsfilet ca. 24 Stunden im Kühlschrank beizen.

3. Für die Sushi-Bowl am nächsten Tag Reis mehrmals in handwarmem Wasser sorgfältig waschen, bis das Wasser klar bleibt. Reis abtropfen lassen. Sushi-Reis nach Packungsanweisung zubereiten. Edamame in einem Topf in kochendem Salzwasser ca. 5 Minuten erhitzen, in ein Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.

4. Chili- und Sojasauce, Reisessig und Sonnenblumenöl in einer Schale verrühren. Sushi-Ingwer in einem Sieb abtropfen lassen. Lachsfilet aus der Form nehmen, kurz mit kaltem Wasser abspülen und gut trocken tupfen. Lachsfilet in 1–2 cm breiten Stücken von der Haut schneiden. Korianderkresse vom Beet schneiden.

5. Sushi-Reis, Edamame und Ingwer in Bowls verteilen. Jeweils 4–5 Streifen Lachs darauf anrichten. Mit etwas Chili-Dressing beträufeln, mit Kresse bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten plus Beizezeit 24 Stunden

PRO PORTION 31 g E, 23 g F, 41 g KH = 513 kcal (2147 kJ)

„Für Gäste lässt sich
der gebeizte Lachs
perfekt vorbereiten.
Gut gekühlt hält er sich
bis zu 5 Tage.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



Foto Seite 58

Lachs-Gemüse-Wok mit Glasnudeln

* EINFACH, SCHNELL

Für 2 Portionen

ERDNUSS-CHILI-ÖL

- 50 g gesalzene geröstete Erdnüsse
- 1 Schalotte (30 g)
- 15 g frischer Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g Gochugaru (koreanische Chiliflocken)
- 1 Tl brauner Zucker
- 150 ml neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)

WOK-GEMÜSE UND LACHS

- 2 Schalotten (à 40 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zucchini

- 1 rote Paprikaschote
 - 150 g wilder Brokkoli (ersatzweise Bimi)
 - 250 g Lachsfilet (küchenfertig; ohne Haut; z. B. Bio-Lachs aus nachhaltiger Aquakultur)
 - 2 Frühlingszwiebeln
 - 75–100 g Glasnudeln
 - 2 El Erdnussöl
 - 4 El Teriyaki-Sauce
 - 50 ml Fischfond
 - 2 El Limettensaft
- Außerdem: Küchenthermometer, Wok

1. Für das Öl Erdnüsse grob hacken. Schalotte in feine Streifen schneiden. Ingwer schälen. Ingwer und Knoblauch fein würfeln. Erdnüsse, Schalottenstreifen, Ingwer, Knoblauch, Chiliflocken und Zucker in einer hitzefesten Schüssel mischen. Öl auf ca. 170 Grad erhitzen und über die Chili-Mischung gießen und durchrühren. Bis zum Servieren ziehen lassen.

2. Für Gemüse und Lachs Schalotten in feine Steifen schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Zucchini, Paprika und Brokkoli putzen, waschen und trocken tupfen.

Zucchini in ca. 5 mm dicke Scheiben und Paprika in feine Streifen schneiden. Lachsfilet trocken tupfen, eventuell noch vorhandene Gräten entfernen. Filet in 2–3 cm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, das Weiße und Hellgrüne in feine Streifen schneiden. Lauchzwiebelstreifen in kaltes Wasser einlegen.

3. Glasnudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Inzwischen 1 El Erdnussöl in einem Wok erhitzen. Lachswürfel darin bei starker Hitze 1 Minute kross braten. Aus dem Wok nehmen, kurz warm halten. Restliches Erdnussöl (1 El) in den Wok geben und erhitzen. Paprika, Zucchini und Brokkoli zugeben und unter Wenden bei hoher Hitze 3–4 Minuten braten. Teriyaki-Sauce, Fischfond und Limettensaft zugeben. Unter Wenden ca. 3 Minuten leicht sämig einkochen.

4. Lachswürfel unter das Gemüse mischen und alles weitere ca. 2 Minuten erhitzen. Glasnudeln abtropfen lassen, eventuell mit einer Küchenschere mundgerecht zerschneiden. Frühlingszwiebelstreifen abtropfen lassen. Lachs-Gemüse-Wok und Glasnudeln in vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Jeweils etwas Erdnuss-Chili-Öl darüberträufeln, mit Frühlingszwiebelstreifen bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 33 g E, 41 g F, 60 g KH = 776 kcal (3250 kJ)

Tipp Restliches Erdnuss-Chili-Öl hält sich in einem sauberen, verschließbaren Glas gelagert mindestens 14 Tage.



Foto Seite 59

Confierter Lachs mit Graupen-Risotto

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

CONFIERTER LACHS

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bio-Zitrone
- 400 ml neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 4 Stiele Thymian
- 4 Stücke Lachsfilet (à 160 g; mit Haut; z. B. Bio-Lachs aus nachhaltiger Aquakultur)
- Salz • Pfeffer

GRAUPEN-RISOTTO

- 700 ml Gemüsebrühe
- 2 Schalotten (à 40 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 El Olivenöl
- 150 g Gerstengraupen
- 100 ml trockener Weißwein
- 60 g Taggiasca-Oliven

- 30 g ital. Hartkäse (z. B. Parmesan)
- 1 TI Bio-Zitronenschale
- Salz
- Pfeffer

SPINAT

- 1 El helle Senfsaat
 - 300 g Wurzelspinat
 - 1 Schalotte (40 g)
 - 1 El Butter (10 g)
 - Salz
 - Pfeffer
 - Raz el Hanout
 - ½ Bund Schnittlauch
 - 1 TI mittelscharfer Senf
 - 1 El Weißweinessig
 - 2 El Olivenöl
- Außerdem: große Auflaufform (26 x 16 cm)

1. Für den confierten Lachs Knoblauchzehen andrücken. Zitrone heiß abwaschen, trocken reiben und in feine Scheiben schneiden. Zitronenscheiben, Sonnenblumenöl, Knoblauch

und Thymian in eine Auflaufform geben. Form auf den Gitterrost auf der mittleren Schiene in den Backofen stellen. Bei 120 Grad (Umluft 100 Grad) ca. 10 Minuten erhitzen.

2. Für den Risotto inzwischen Brühe in einem Topf aufkochen, warm halten. Schalotten und Knoblauchzehe in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Schalotten- und Knoblauchwürfel darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Graupen zugeben und unter Rühren kurz mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und die Flüssigkeit fast vollständig einkochen lassen. ⅓ der heißen Brühe zugießen und die Graupen bei mittlerer Hitze unter Rühren 20–25 Minuten mit noch leichtem Biss garen. Gelegentlich umrühren und restliche heiße Brühe in weiteren 2 Portionen zugießen.

3. Für den Lachs die Filetstücke trocken tupfen und eventuell noch vorhandene Gräten entfernen. Auflaufform kurz aus dem Backofen nehmen. Filetstücke in das erwärmte Öl setzen, sodass das Fleisch vollständig mit Öl bedeckt ist. Lachs im heißen Ofen 15–20 Minuten sanft confieren.

4. Für den Spinat Senfsaat in einen Topf geben, gut mit Wasser bedecken und aufkochen. Offen bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten kochen. Senfkörner in ein Sieb gießen und abtropfen lassen. Spinat putzen, sorgfältig waschen und trocken schleudern. Schalotte in feine Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen. Schalottenstreifen darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Spinat zugeben und unter Wenden bei starker Hitze kurz zusammenfallen lassen. Spinat abtropfen lassen, mit Salz, Pfeffer und Raz el Hanout würzen.

5. Oliven abtropfen lassen. Käse fein reiben. Käse, Oliven und Zitronenschale unter die fertig gegarten Graupen mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Schnittlauchröllchen, Senfkörner, Senf, Essig und Olivenöl verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

6. Lachsfilet aus dem Öl heben und abtropfen lassen. Die Haut vorsichtig abziehen. Filets mit Salz und Pfeffer würzen. Graupen-Risotto, Lachsfilet und Spinat auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit Vinaigrette beträufeln und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:10 Stunden

PRO PORTION 41 g E, 37 g F, 29 g KH = 635 kcal (2655 kJ)

Tipp Das Öl vom Confieren lässt sich noch weiter verwenden. Durch ein feines Sieb gießen und darin z. B. Backfisch, Fischstäbchen oder Tempura-Garnelen frittieren.

„Beim sachten
Confieren wird Lachs
unvergleichlich zart,
nimmt feinste
Kräuteraromen an.“

»e&t«-Koch Maik Damerius

50 Jahre Original-Profi Collection®: Festlicher Genuss auf Profiniveau

Seit 50 Jahren überzeugt die Fissler Original-Profi Collection® durch langlebige und nachhaltige Profi-Qualität für zu Hause. Mit der vielseitigen Kollektion gelingt das „Hähnchen mit Schmorgemüse“ ideal: gleichmäßige Hitzeverteilung, hochwertiges Material und perfekte Aromen. Genießen Sie ein festliches Gericht, das Genuss und Tradition vereint!

Hähnchen mit Schmorgemüse

Zutaten für 2 Portionen

- 1 Hähnchen, frisch; ca. 1,2 kg
- 1 Lauchstange
- 400 g Karotten
- 400 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 2 Tomaten

Für die Marinade

- 100 ml Olivenöl
- 1 EL Honig
- 1 Zehe Knoblauch, gehackt
- 1 Prise Paprikapulver, edelsüß
- 1 Prise Cayennepfeffer
- 1 Prise Salz und Pfeffer



Zubereitung:

1. Die Marinade bestehend aus Olivenöl, Honig, Knoblauch, Paprikapulver, Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer verrühren. Das Hähnchen waschen und abtupfen, danach gut mit der Marinade einpinseln.

2. Nun werden die Kartoffeln, Karotten und die Zwiebel geschält, in Spalten geschnitten und auf den Boden des Bräters gelegt. Mit einer Prise Salz und Pfeffer würzen. Der Lauch wird gewaschen, halbiert und in ca. 10 cm lange Stücke geschnitten. Die Tomaten werden geviertelt und kommen mit dem Lauch auf die Kartoffel-Karottenmischung. Darauf wird nun das Hähnchen gelegt.

3. Der Bräter kommt mit geschlossenem Deckel in den kalten Ofen. Der Ofen wird auf 180 Grad bei Ober- und Unterhitze eingestellt. Nach ca. 75 Minuten wird der Deckel abgenommen und das Hähnchen nochmals mit dem Rest der Marinade eingepinselt. Nun weitere 15 Minuten ohne Deckel garen. So wird die Haut schön knusprig.

4. Hähnchen mit dem Gemüse servieren.

Fissler

Testsieger: Original-Profi Collection®

Von Alexander Herrmann empfohlen und von der Stiftung Warentest ausgezeichnet. **Fissler Premium Kochgeschirr.** #fürdaswaszählt

Die Original-Profi Collection® wurde gemeinsam mit Meisterköchen entwickelt und überzeugt in der Sterneküche genauso wie am heimischen Herd! Dank der kontinuierlichen Weiterentwicklung und dem daraus resultierenden umfangreichen Sortiment aus individuellen Produkten bietet die Original-Profi Collection® selbst für spezielle Aufgaben immer den passenden Topf. Basierend auf den höchsten Qualitätsstandards ist das neue Design gradlinig, pur und hat dennoch eine markante Kontur. Formvollendet und perfekt für anspruchsvolles Kochen!



GESCHENKE

GEBEN UND NEHMEN

Selbst gemacht und liebevoll verpackt – unsere süßen und herzhaften Präsente kommen aus der hauseigenen Manufaktur. So macht Schenken allen Freude

Mit Hand und Herz:
Sriracha-Sauce, Kataifi-
Schokolade, Fudge,
Cracker und Gelee





Süß

BIRNEN-GIN-GELEE

Unter dem Weihnachtsbaum leuchtet unser goldenes Gelee, das später dann auf frischen Brötchen glänzt und herrlich nach Zimt und Anis duftet.
Rezept Seite 70



SALTED MATCHA FUDGE

Das köstliche Konfekt, veredelt von
weißer Schokolade und feinem Tee,
hat auch eine dezent salzige Note.
Rezept Seite 70

Süß

HOMEMADE-LIMETTEN- SRIRACHA

Die Sauce aus fermentierten Pfefferschoten
hat eine schöne Schärfe, fruchtige Frische und
schmeckt zu Hähnchen oder Raclette.

Rezept Seite 72



Salzig



Salzig

PARMESAN- KÜMMEL-CRACKER

Wunderbar mürbe Taler, die mit einem
Hauch von Rauchpaprika überraschen.
Rezept Seite 70

KATAIFI- PISTAZIEN-RIEGEL

Auch als „Dubai-Schokolade“ gehypt
und geliebt. Drin stecken zart-
knuspriges Engelshaar und nussige
Pistaziencreme. Rezept Seite 72





Foto Seite 68

PARMESAN-KÜMMEL-CRACKER

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 100 Stück

- 3 Tl Kümmelsaat
- 100 g ital. Hartkäse (z. B. Parmesan)
- 200 g Butter (kalt)
- 300 g Weizenmehl (Type 405)
- Salz
- 1 Tl geräuchertes Paprikapulver
- 1 El Meersalzflocken

1. 1 Tl Kümmelsaat in einem Mörser fein mahlen. Käse fein reiben. Butter in 1 cm große Würfel schneiden. Gemahlene Kümmel, Käse, Butter, Mehl, 1 Prise Salz und Paprikapulver in einer Schüssel erst mit den Knethaken des Handrührers, dann mit den Händen zügig zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig zu 4 Rollen (à 5 cm Ø) formen, in Frischhaltefolie gewickelt 1 Stunde kalt stellen.

2. Teigrollen aus der Folie wickeln. Jede Rolle in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Scheiben auf mit Backpapier belegte Backbleche legen, gleichmäßig mit restlicher Kümmelsaat (2 Tl) und Meersalzflocken bestreuen und nacheinander im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) 20 Minuten backen. Aus dem Ofen nehmen, vollständig auskühlen lassen. Cracker nach Belieben verpacken. Kühl und trocken gelagert, halten sich die Cracker ca. 2 Wochen.

ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten plus Kühlzeit 1 Stunde
PRO STÜCK 0 g E, 2 g F, 2 g KH = 29 kcal (123 kJ)



Foto Seite 65

GIN-BIRNEN-GELEE

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 6 Gläser (à 200 ml Inhalt)

- 2½ kg reife Birnen (z. B. Williams Christ)
- 1 Pk. Zitronensäure
- 1 Zimtstange
- 3 Sternanis
- 4 Gewürznelken
- 500 g Gelierzucker (2:1)
- 50 ml Gin

Außerdem: 6 Twist-off-Gläser (à 200 ml)

1. Am Vortag Birnen waschen, schälen, vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Mit 300 ml Wasser, Zitronensäure, Zimtstange, Sternanis und Nelken in einen Topf geben und bei kleiner Hitze aufkochen. Birnen zugedeckt bei milder Hitze 50–60 Minuten kochen, bis sie zerfallen. Birnen dabei ab und zu umrühren.

2. Ein grobes Sieb in eine Schüssel hängen und mit einem feuchten Mull- oder Geschirrtuch auslegen. Birnen in das Tuch abgießen. Tuch über den Birnen zusammendrehen, zubinden und im Sieb mindestens 10 Stunden oder über Nacht abtropfen lassen und den Saft in der Schüssel auffangen.

3. Am nächsten Tag die Birnen mithilfe des Mulltuchs mit den Händen leicht ausdrücken. Den aufgefangenen Birnensaft (ca. 800 ml) mit Gelierzucker in einem großen Topf mischen. Alles

in einem Topf unter Rühren langsam aufkochen. Das Gelee unter ständigem Rühren 3 Minuten sprudelnd kochen lassen. Dabei den aufsteigenden Schaum mit einer Kelle abschöpfen. Birnengelee mit Gin abschmecken. Das heiße Gelee sofort in saubere Twist-off-Gläser füllen und mit den Deckeln verschließen. Nach 5 Minuten Gläser auf die Deckel stellen. Nach 30 Minuten wieder umdrehen und das Gelee vollständig abkühlen lassen. Gläser nach Belieben einpacken. Das Gelee hält sich ungeöffnet, kühl und trocken gelagert, mindestens 1 Jahr.

ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten plus Abtropf- und Kühlzeiten
PRO TL 0 g E, 0 g F, 5 g KH = 24 kcal (105 kJ)



Foto Seite 66

SALTED MATCHA FUDGE

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 20 Stück

- 375 g Zucker
- 100 g Ahornsirup
- 210 ml Schlagsahne (30% Fett)
- 250 g weiße Kuvertüre
- 60 g Butter (kalt)
- 1 Msp. Zitronensäure
- Salz
- 10 g Matcha-Pulver (Asia- oder Teeladen)

Außerdem: Auflaufform (24 x 14 cm), Küchenthermometer

1. Zucker, Ahornsirup und Sahne in einem Topf bei mittlerer Hitze unter Rühren zum Kochen bringen. Sobald der Zucker komplett aufgelöst ist, Zucker-Sahne-Mischung bei hoher Hitze unter Rühren kochen lassen, bis die Masse eine Temperatur von 116 Grad (Küchenthermometer benutzen!) erreicht hat. Topf vom Herd ziehen und die Mischung etwas abkühlen lassen.

2. Inzwischen weiße Kuvertüre hacken. Butter in 1 cm große Würfel schneiden. Sahnemischung, Kuvertüre, Zitronensäure, ½ Tl Salz, Matcha-Pulver und Butter in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer zu einer fein cremigen Masse mixen. Den Boden einer Auflaufform mit höherem Rand mit Backpapier passend auslegen. Die Fudge-Masse gleichmäßig in der Form verteilen und mit einer Palette glatt streichen. Mindestens 2–3 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

3. Matcha-Fudge auf ein Brett stürzen und das Backpapier entfernen. Fudge in 3–4 cm große Würfel schneiden (dabei das Messer immer wieder in heißes Wasser tauchen und abtrocknen). Nach Belieben verpacken. Hält sich kühl gelagert ca. 2 Wochen.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten plus Kühlzeit 3 Stunden
PRO STÜCK 1 g E, 10 g F, 29 g KH = 216 kcal (904 kJ)



Zum ersten Mal Sushi essen – natürlich mit Stäbchen. Papa zeigt, wie man das macht



Jeder Gast hat seine eigenen Wünsche im Urlaub – auf AIDA werden sie sicher wahr



Eine riesige Pizza mit diversen Belägen – da ist für kleine und große Esser etwas dabei



Auch Burger-Fans in jedem Alter finden auf den Schiffen von AIDA ihr Gaumenglück

Auf See schmeckt's allen

Eine Kreuzfahrt mit der ganzen Familie. Klingt prima. Aber wenn es doch zu Hause schon nicht klappt, mit einer Mahlzeit gleichzeitig den Geschmack von Groß und Klein zu treffen – wie soll das auf dem Meer funktionieren? Einwandfrei! Denn jeder Genießer entdeckt während einer kulinarischen Weltreise geschmackvolle Schätze, die auch nach den Ferien schöne Erinnerungen auf die Teller bringen

Gegessen wird, was auf den Tisch kommt. Diese Regel gibt es bei uns zu Hause zum Glück nicht. Niemand sollte dazu gezwungen werden, Rosenkohl zu schlucken. Ähnlich dramatisch drückt meine Tochter ihre Aversion gegen das für mich leckere Gemüse aus. Dafür quitiert sie Sushi mit „I like!“, während ihre Großeltern diese Happen strikt ablehnen. Und der Sohnmann ist fleischlos glücklich. Mein Mann, der schon zum Frühstück am liebsten Steak grillen würde, fragt sich, woher der Kleine das wohl hat. Das ist natürlich Spaß. Ernst wird es für mich aber, wenn ich mit der Familienbande eine Reise unternehme. Zu Hause habe ich meine Tricks, um diplomatische Lösungen für gemeinsame Mahlzeiten zu finden, doch kann ich diese auch auf einem Schiff anwenden? Denn bei der Urlaubsplanung waren sich alle Generationen plötzlich doch einig: Eine Kreuzfahrt mit AIDA sollte es sein. Familienfreundlich, vielfältig und qualitativ hochwertig – in allen Bereichen. Es gibt zahlreiche Restaurants mit internationaler Küche an Bord. „Da findet doch jeder seine Lieblingsspeisen“, freute sich mein Mann. Ich sah uns schon alle zur gleichen Zeit in verschiedenen Restaurants sitzen. Doch AIDA ist immer für eine Überraschung gut.

Zunächst entdeckten wir die Buffet-Restaurants für uns. Bei der großen Auswahl an hervorragenden Speisen waren alle glücklich. Opa hatte plötzlich auch Lust auf neue Gaumenfreuden und steckte die Kids damit an. Geschmacksabenteuer standen plötzlich hoch im Kurs. Abwechselnd durfte jeder mal ein neues Restaurant auswählen. Und die kulinarische Entdeckungsreise war ein Riesenspaß. Das Ergebnis: Am Ende der Kreuzfahrt hatten wir fast alle Restaurants besucht – und zwar gemeinsam. Wir nahmen neue Leibgerichte mit nach Hause, die wir vorher nicht kannten, und stellten fest: Mehr Familie als auf AIDA geht nicht.

**EIN KULINARISCHES
PARADIES FÜR FAMILIEN**
Für mehr Informationen scannen
Sie den QR-Code oder schauen Sie
unter: aida.de/kulinarik





Foto Seite 67

HOMEMADE-LIMETTEN-SRIRACHA

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 2 Flaschen (à 200 ml Inhalt)

- 500 g rote Pfefferschoten
 - 4 Knoblauchzehen
 - Salz
 - Zucker
 - 1 Sternanis
 - 3 Kaffirlimettenblätter
 - 4 El Weißweinessig
 - 8 El Limettensaft
- Außerdem: Einmachglas (700 ml Inhalt), 2 Flaschen (à 200 ml Inhalt)

1. Pfefferschoten waschen, trocken tupfen, putzen und dabei den Strunk entfernen. Knoblauch grob schneiden. Pfefferschoten und Knoblauch mit 1 Tl Salz, 2 El Zucker, Sternanis, 1 Limettenblatt und dem Essig in einen Küchenmixer geben und fein mixen. Masse in ein sauberes Glas füllen. Mit einem Stück Backpapier abdecken, mit einem Gummiring verschließen. Bei Zimmertemperatur (20–22 Grad) 2 Tage fermentieren lassen.

2. Nach der Fermentierzeit die Pfefferschoten-Mischung in einen Küchenmixer geben und cremig mixen. Pfefferschoten-Mischung, Limettensaft und restliche Limettenblätter (2) in einem Topf aufkochen und unter Rühren bei milder Hitze 10 Minuten einkochen lassen. Sriracha mit etwas Salz abschmecken. Sriracha warm in saubere Flaschen füllen, verschließen und abkühlen lassen. Nach Belieben verpacken. Sriracha-Sauce hält sich im Kühlschrank ca. 3 Monate.

ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten plus Fermentierzeit 2 Tage
PRO EL 0 g E, 0 g F, 2 g KH = 9 kcal (36 kJ)

ADRESSEN FÜR VERPACKUNGSKÜNSTLER

VERZIERUNGEN Ob Engelsflügel, Weihnachtssterne, Tannenbäume oder andere bezaubernde Motive, Oblaten in Gold und Silber, ab ca. 6 Euro, www.dresdner-pappen.de

BOXEN UND TÜTEN Von Papiertüten in verschiedenen Größen bis Pappboxen in unterschiedlichen Formen, von Rico Design, ab ca. 1 Euro, www.idee-shop.com

BIO-ZELLGLASBEUTEL Umweltfreundliche, transparente Zellglas-Bodenbeutel, lebensmittelecht, 16 x 9,5 cm, 10er-Pack, von folia, ca. 1,50 Euro, www.otto-office.com

PAPIER-ANHÄNGER Für frohe Botschaften, gute Wünsche und zum Personalisieren: Paper Poetry Papieranhänger, Kraftpapier, 24 Stck., ca. 4 Euro, www.idee-shop.com

SEIDENPAPIER Ob gold- oder silberfarben, pastell, neon, uni oder gemustert: Paper Poetry Seidenpapier, Rico Design, 50 x 70 cm, 12 Bögen, ab ca. 4 Euro, www.idee-shop.com

MASKINGTAPE Festlich fixieren: Glitter Tape Set, in Gold/Silber, Rico Design, 5 m, ca. 7 Euro, www.idee-shop.com



Foto Seite 69

KATAIFI-PISTAZIEN-RIEGEL

** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Stück

FÜLLUNG

- 60 g Kataifi-Teig (Engelshaar; in türk. Lebensmittelgeschäften oder Feinkostläden)
- 1 El Butter (10 g)
- 120 g Pistazienpaste (z. B. von KoRo)
- 2 El Ahornsirup • Salz

RIEGEL

- 30 g Kakaobutter
 - 1 Msp. fettlösliche weiße Lebensmittelfarbe
 - 400 g Zartbitterkuvertüre
- Außerdem: Küchenthermometer, Schokoladentafel-Formen (z. B. von Kaufland)

1. Engelshaar in 1–2 cm große Stücke schneiden. Butter in einer Pfanne zerlassen, den Teig darin bei mittlerer Hitze unter Rühren 3–4 Minuten goldbraun und knusprig braten. In eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Pistazienpaste, Ahornsirup und 1 Prise Salz zugeben und untermischen. Füllung beiseitestellen.

2. Für den Riegel Kakaobutter in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad auf ca. 30 Grad (Küchenthermometer benutzen!) erhitzen. Lebensmittelfarbe unterrühren und beiseitestellen.

3. Zartbitterkuvertüre grob hacken. $\frac{3}{4}$ der Kuvertüre über einem heißen Wasserbad schmelzen und auf 40–42 Grad erhitzen. Schüssel vom Wasserbad nehmen und restliche Kuvertüre zugeben. Unter Rühren schmelzen. Die Kuvertüre ist perfekt temperiert, wenn sie jetzt 30–31 Grad hat (Küchenthermometer benutzen!).

4. Schokoladentafel-Formen (10 x 5 cm) mit etwas weißer Kakaobutter bepinseln. Temperierte Kuvertüre in die Formen gießen und durch Rütteln jeweils in der Form verteilen. Zum Entfernen von Luftbläschen die gefüllten Formen mehrmals auf die Arbeitsfläche klopfen. Formen über der Kuvertüreschüssel umdrehen und überschüssige Kuvertüre abtropfen lassen. Formen mit der Öffnung nach oben in eine passende Auflaufform stellen und 30 Minuten im Kühlschrank fest werden lassen.

5. Pistazien-Füllung gleichmäßig in beiden Formen verteilen, leicht andrücken und zu einer glatten Oberfläche verstreichen. Mit restlicher geschmolzener Kuvertüre die Tafel verschließen. Sollte die Kuvertüre zu fest sein, kurz über einem heißen Wasserbad etwas erwärmen. Tafeln bei Zimmertemperatur 4 Stunden aushärten lassen. Vorsichtig aus den Formen stürzen und nach Belieben verpacken. Kühl und trocken gelagert, halten sich die Riegel ca. 2 Wochen.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:30 Stunden plus Kühlzeiten 4:30 Stunden
PRO RIEGEL 10 g E, 28 g F, 76 g KH = 626 kcal (2646 kJ)

„Ich liebe Chilisauce – selbst gemacht kann ich mir sicher sein, dass keine Zusatzstoffe drinstecken.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



Gutes für alle.

FÜHLST DU DAS FEST?

MIT UNSERER EXKLUSIVEN **EIGENMARKE**
GOURMET KOMMEN ALLE IN WEIHNACHTS-
STIMMUNG.



GOURMET
FINEST CUISINE

Knusperente*

4.99

320-g-Packung
kg-Preis = 15.59



Mehr Weihnachtsangebote entdecken unter aldi-nord.de/weihnachten und aldi-sued.de/weihnachten.

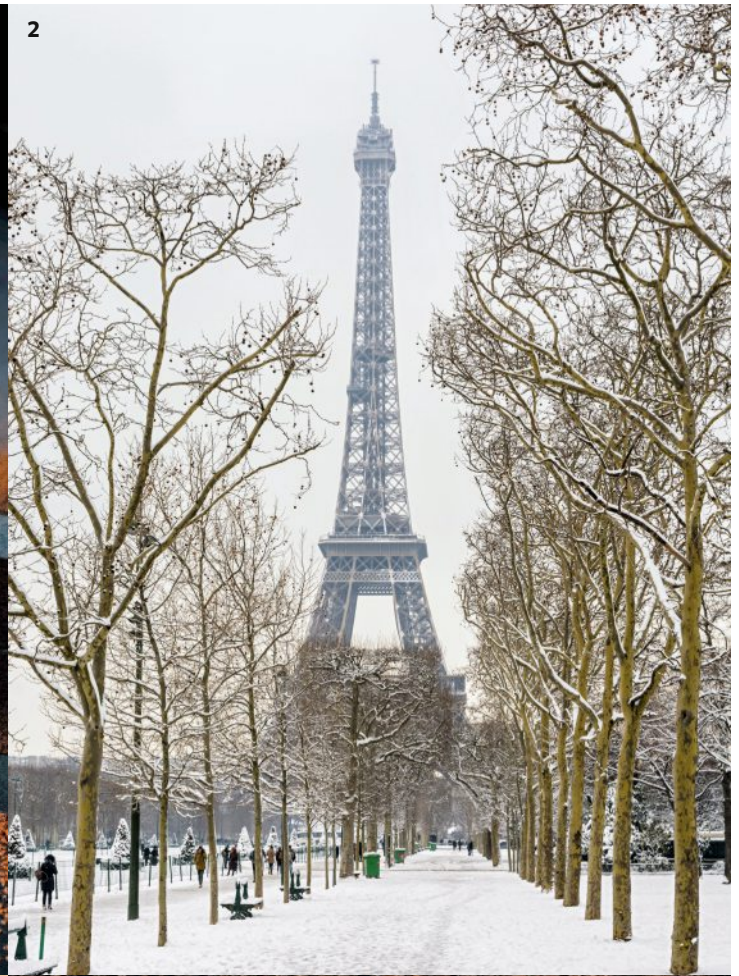
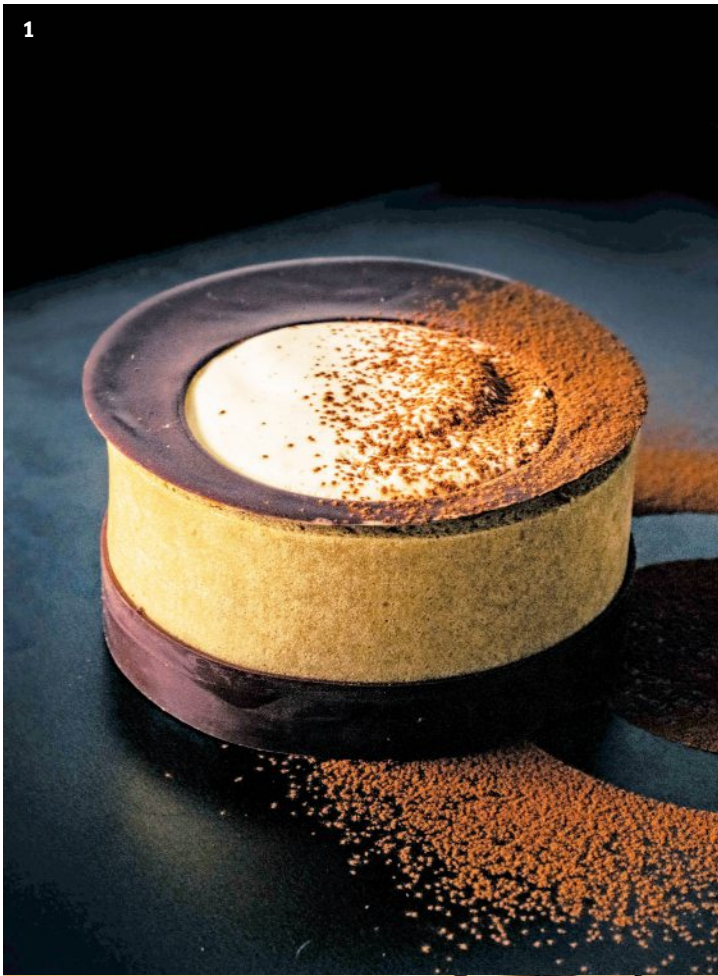
*Aus der Tiefkühlung. | ALDI Nord Deutschland Stiftung & Co. KG, Eckenbergstraße 16 b, 45307 Essen, handelnd namens und im Auftrag der Unternehmen der Unternehmensgruppe ALDI Nord. Firma und Anschrift der ALDI-Regionalgesellschaften sind unter aldi-nord.de unter „Filialen und Öffnungszeiten“ zu finden. Ferner steht unsere kostenlose automatisierte telefonische Hotline unter 0800 7 234870 zur Verfügung. | ALDI SÜD Dienstleistungs-SE & Co. oHG, Burgstr. 37, 45476 Mülheim an der Ruhr, Firma und Anschrift unserer regional tätigen Unternehmen findest du auf aldi-sued.de/filialen oder mittels unserer kostenlosen automatisierten Service-Nummer 0800 8 002534.

Nina Métayer, 36, erhielt für ihre Verdienste um die französische Pâtisserie den Ordre national du Mérite

Der Schatz von Paris

Zu zart, zu alt, zu unerfahren? Es sah lange danach aus, als wollte Frankreichs Pâtisserie auf Nina Métayer verzichten. Im vergangenen Jahr wurde sie nun als erste Frau zur besten Patissière der Welt gekürt. Und Paris ist süchtig nach ihren Kuchen und Desserts

TEXT: JULIA ROTHHAAS



1 Le tiramisu: schokolierter Biskuit, cremegefüllt und kakaobestäubt **2** La tour Eiffel: Vom Pariser Wahrzeichen bis zu Ninas Backstube sind es nur wenige Kilometer
3 Printemps du Goût: Das Pariser Luxuskaufhaus lockt im 8. Stock mit „Délicatisseries“ à la Métayer **4** Galette de Roi „Renaissance“: Der Baum des Lebens schmückt die französische Königstorte aus Blätterteig und Mandelcreme

Tartelettes und Eclairs, Macarons und Petits Fours, Madeleines und Millefeuille? Waren Métayer lange egal

Die „Île flottante“ steht in Frankreich gern auf der Dessertkarte. Die Nocken aus Eiweiß liegen dann in einer Crème anglaise, einer Sauce aus Eigelb, Zucker und Sahne, ziemlich viel Ei also, manchmal sieht das recht langweilig aus und schmeckt auch so. Das Limettensprenkel-Baiser der „Île flottante exotique“ von Nina Métayer wiederum sitzt wie eine halbierte Weltkugel auf einem getrockneten Ananas-Chip, der an ein Baströckchen erinnert. Darauf liegt eine sonnengelb leuchtende Bananen-Passionsfrucht-Nocke auf einem gebogenen Mangokeks, auf der Spitze eine durchsichtige, mit Goldstaub bestäubte Locke aus Passionsfruchtpüree. Unter der Ananas versteckt sich ein weiteres Rund aus Haselnüssen, gefüllt mit weißer Schokolade, Mandeln, Passionsfrucht, Mango. 2014 stellte Métayer das Traditionsrezept auf den Kopf und machte so zum ersten Mal als Pâtissière auf sich aufmerksam. Erstaunlich für eine Frau, die behauptet: „Ich wollte lange nur Brot backen!“

Tartelettes und Eclairs, Macarons und Petits Fours, Madeleines und Millefeuille? Waren Métayer lange egal. Viel zu aufwendig, zu abstrakt; schöner sei es doch, sich ein Stück ofenwarmes Baguette in den Mund zu stopfen. All das wäre nicht weiter der Rede wert, Brot backen ist eine ehrenwerte Tätigkeit, manchmal gar eine Kunst – wäre die 36-Jährige im Oktober vergangenen Jahres nicht zur besten Pâtissière der Welt gekürt worden – als erste Frau überhaupt und damit ohnehin eine Ausnahme in der französischen Zuckerbäckerei, einer klassischen Männerdomäne.

Yuzu-Baiser auf knusprigem Boden, Schokoladen-Shortbread mit Salzblüten, ein Traum von einem Käsekuchen – all das und natürlich noch viel mehr wird im lab, dem Labor, wie Métayer es nennt,

in Issy-les-Moulineaux hergestellt, gelegen im Großraum Paris, etwa auf halber Strecke nach Versailles. Ihre Backstube mit dem zarten Namen „Délicatiserie“ ist im Hof eines schmucklosen Industriegebäudes untergebracht, über dem Haus rattern die Züge im Minutentakt vorbei, rundherum werden Autos und Software verkauft. Für den Besuch dort wird gefastet, zu köstlich sehen die Kreationen auf der Website aus. Doch dann: große Enttäuschung! Die Regalwagen in den Backstuben sind leer, die Kühlräume fest verschlossen, vom Süßkram fehlt jede Spur. Zwei Mitarbeiterinnen sortieren Erdbeeren, ein anderer drückt gefrorene Fruchtmuskugeln aus Silikon-Formen, mehr „Délicatiserie“ ist nicht zu sehen. Aber wo sind denn die ganzen Köstlichkeiten? „Weg! Wir produzieren immer nur, was vorbestellt wurde“, erklärt Métayer und lacht, sodass ihr dunkler Pferdeschwanz im Nacken wackelt.

Täglich fertigen sie und ihre 40 Mitarbeiter frühmorgens etwa 1000 Gebäckstücke an, Saisonales wie Biskuit mit Erdbeer-Holunder-Häubchen und Rhabarber-Streusel-Küchlein mit Johannisbeeren-Pfeffer, aber auch zeitlose Lollipops aus Karamellschokolade und Vanille-Flan. Verteilt werden die Bestellungen auf das Luxuskaufhaus „Le Printemps“, eine nahe gelegene Markthalle sowie ein paar Hotels und Restaurants. Das meiste verkauft die Pâtissière aber über ihren Webshop.

Filigrane Torten im Karton verschicken? „Machen wir nur innerhalb der Pariser Stadtgrenzen, aber klar, das mit dem Versand bringt uns immer wieder an die eigenen Grenzen.“ Einfach? Ist nicht so ihr Ding. Das war schon zu Beginn ihrer Karriere so.

Was aus ihr werden soll, darauf hat Nina Métayer lange keine Antwort. Mit 15 Jahren verlässt sie die Heimat La Rochelle nördlich von Bordeaux und geht für ein Jahr als Austauschschülerin nach Mexiko. Weil Frankreich gern mit Baguette assoziiert wird, spricht man sie ständig auf das pan français an, also beschließt sie, nach ihrer Rückkehr eine Bäckerlehre zu beginnen, „ich wollte später im Ausland eine französische Bäckerei eröffnen können“.

Zurück in Paris entdeckt sie zwar ihre Leidenschaft für Brot, doch einen Job will ihr nach der Lehre niemand geben. Zu wenig Kraft für die Mehlsäcke, zu wenig Erfahrung, eine Frau, oh, immer kompliziert – so die Rückmeldungen. Also beschließt sie, eine Zusatzausbildung als Pâtissière anzuhängen, um über Umwege vielleicht doch als Bäckerin arbeiten zu können.

In Frankreich hat die Pâtisserie eine lange Geschichte und einen völlig anderen Stellenwert als in Deutschland. Der Pâtissier ist im Grunde so etwas wie ein hoch spezialisierter Konditor, der nicht nur Gebäckstücke und Törtchen produziert, sondern liebevoll verzierte Kunstwerke daraus macht. Selbst in kleinen Dörfern finden sich Süßigkeiten, die fast zu schade zum Essen sind.

Wieder folgt eine Absage, diesmal an der renommierten École Ferrandi in Paris; mit ihren 21 Jahren sei sie zu alt für eine Ausbildung. „Es ist mir heute wahnsinnig peinlich, aber ich bin dann einen ganzen Tag vor der Bürotür des Direktors gesessen, bis der so genervt von mir war – und ich meine Zusage hatte.“ Großer Jubel? Nicht ganz: „Das



1 Meilleur pâtissière: Die Weltmeisterin ihres Faches nutzt Kupferformen **2** Ile flottante exotique: Ein Limetten-Baiser mit Ananas-Chip und Bananen-Passionsfrucht-Nocke stellte den französischen Klassiker auf den Kopf **3** Absolut instagrammable: Dessertkreation mit Mandarine, Safran und Rose für Jean-François Piège's „Grand Restaurant“ **4** La vie en rose: Eine „Fleur“ aus Holundersirup ist den Blütenblättern einer Rose verblüffend ähnlich

1



2



1 Ninas Erdbeerturm basiert auf einem Mandelboden (Pain de Gênes) mit Diplomatencreme, der leichteren Variante der Crème pâtissière **2** In ihrem „lab“ in Issy-les-Moulineaux, im Süden von Paris, entwickelt die Mutter zweier Töchter ihre Kreationen

Torten-Gefiesel hat mich weiterhin nicht interessiert.“ Doch es kommt erneut anders als gedacht.

Ihre erste Anstellung führt sie ins Fünf-Sterne-Hotel „Le Meurice“ am Jardin des Tuileries, in dem die Törtchen aussehen wie echte Kiwis, Orangen und Mangos, Trompe-l'Œil aus Zucker, ein Wahnsinn. „So etwas hatte ich zuvor noch nie gesehen, ich habe eine neue Welt für mich entdeckt“, sagt Métayer. Leicht ist es nicht, „ich war eine ziemlich schlechte Pâtissière.“ Nicht leidenschaftlich genug, viel zu brutal im Umgang mit den zarten Schokoladen, heißt es, „aber wenn mir jemand sagt, dass ich etwas nicht kann, spornt mich das an“. Fast täglich steht die junge Frau bis nachts in der Küche, probiert, scheitert, fängt von vorne an. „Ich war unglaublich unzufrieden mit mir und habe mich oft in der Kühlkammer versteckt, damit mich niemand weinen sieht.“

Zorn und Ehrgeiz zahlen sich aus. Nach zwei Jahren bekommt sie einen Anruf vom Hotel „Le Raphaël“ im

16. Arrondissement, unweit vom Eiffelturm. Wieder fünf Sterne, Chefköchin Amandine Chaignot vertraut ihr die Stelle als Chef-Pâtissière an. In dieser Zeit kreiert sie ihre „Île flottante exotique“, die Kritiker sind begeistert und zeichnen sie dafür mit dem dritten Platz der „besten süßen Entdeckungen des Jahres“ aus. Und so geht es weiter, erst bei Jean-François Piège im „Le Grand Restaurant“, das kurz nach der Eröffnung zwei Sterne bekommt, dann im

**Wo manche
Süße aus Gemüse
extrahieren,
feiert Métayer
die klassische
Zuckerbäckerei**

„Café Pouchkine“, französisch-russischer Kult, inzwischen geschlossen, bekannt für Métayers Matroschka-Puppen, gefüllt mit Johannisbeermus und Himbeer-Confit. Dreimal hintereinander, 2016, 2017 und 2018, wird sie zur Pâtissière des Jahres ernannt. Dann wird sie schwanger.

Gute Mutter sein und in der Küche stehen? Lässt sich nicht vereinbaren, heißt es von allen Seiten. Bald werden die Arbeitstage tatsächlich zu viel, also macht sich die damals 29-Jährige selbstständig und hilft dabei, Pâtisseries in England aufzubauen. 2020 kommt das zweite Kind – und Corona. „Innerhalb einer Woche habe ich alle Jobs verloren“, erzählt Métayer in ihrem Büro. Doch nur Herumsitzen nach Jahren des Wahnsinns kann sie nicht, und so stellt sie in ihrer Küche Gebäck her und lässt sich dabei von ihrem Mann filmen. Ihre Fans sind begeistert und wollen wissen: Wo kann man das kaufen? Also eröffnet sie die „Délicatiserie“, ihre Online-Pâtisserie. Anfangs gibt es dort nur Galette

des Rois, den Königsuchen, der zum 6. Januar gegessen wird, ein Traum aus Blätterteig und Mandelcreme, den sie mal mit Kürbiskernen, mal mit Bergamotte oder Rum verfeinert. 600 Stück produziert sie mit ihren damals wenigen Mitarbeitern, mehr geht nicht, doch die Galettes sind sofort ausverkauft. Zum Valentinstag, zu Ostern, zum Muttertag lässt sie sich je etwas Neues einfallen. 2021 bekommt sie schließlich das Angebot, ihre Kuchen im Kaufhaus Le Printemps zu verkaufen, damit wächst die Auswahl auf sechs Törtchen an. Während viele Kollegen sich von Klassikern wie Zucker und Mehl verabschieden und dafür etwa Süße aus Gemüse extrahieren, feiert Métayer die klassische Zuckerbäckerei und interpretiert sie neu. Und das auf höchstem Niveau, denn bei ihr schmeckt es nicht nur göttlich, es sieht auch unfassbar gut aus – im Instagram-Zeitalter spielt das eine wichtige Rolle. Fast täglich setzt sie neue Bilder in ihren Feed.

Bis heute ist das Sortiment nicht riesig, dafür legt sie zu viel Wert auf Perfektion. Bis sie zufrieden ist, vergehen meist viele Monate. Die zartrosa gefärbten Blütenblätter aus Holundersirup ihrer „Fleur“ etwa sehen einer Rose tatsächlich verblüffend ähnlich, und den zarten Olivenzweig aus Bitterschokolade, der auf dem „L'Olivier“ liegt (beste Kombination: Schoko mit Kalamata-Oliven!), will man in ein Buch zum Trocknen legen. Einige ihrer Kreationen finden sich auch in ihrem Backbuch; doch trotz Schritt-für-Schritt-Fotos erscheint die Nachahmung leider unmöglich. Auch einen 3-D-Drucker dürften die meisten wohl nicht daheim haben, denn damit entwickelt Métayer viele ihrer Formen, wie etwa für ihre Skulptur „Die Liebenden“, deren Schokoladenköpfe in Silikon gegossen werden.

All die Mühen und Ideen hat im Oktober 2023 die International Union of Bakers and Confectioners (UIBC) ausgezeichnet und Nina Métayer zur besten

Pâtissière der Welt gekürt. Was erstaunlich ist, in ihrem Alter, zudem ist die Pâtisserie auf diesem Niveau eigentlich ein eifersüchtig bewachter Boys Club, in dem die Männer bislang alle Auszeichnungen unter sich ausmachten. Dass die Französin nun als erste Frau in diesen Club eintritt, kommentiert sie gelassen: „Als ich anfang, gab es kaum eine andere Pâtissière, heute kenne ich viele. Es werden noch viele weitere nachkommen“, sagt sie trocken.

Sie muss jetzt los, ihre Töchter Anastasia und Adèle, sieben und vier Jahre alt, abholen. Eine Mama, die herrlichste Kuchen backen kann, wie gern würde man da tauschen! „Leider muss ich mich daheim ziemlich zurückhalten, meine Töchter mögen am liebsten einfache Rührkuchen“, sagt Nina Métayer. Zu einem Kindergeburtstag habe sie sich mal so richtig ins Zeug gelegt, aber das wollten die Mädchen dann nicht essen. „Maximal einen Guss obenauf, mehr erlauben sie mir nicht.“

GEWINNSPIEL

ANZEIGE

Gusseisen-Bräter von Tchibo

Adventszeit ist Genießerzeit, Familie und Freunde stehen im Mittelpunkt. Die Vorbereitungen für Weihnachten beginnen, es wird gebacken, gekocht und dekoriert. Der Duft von Braten und Rotkohl erfüllt das Haus und die Vorfreude steigt!

Entdecken Sie den hochwertigen Bräter aus emailliertem Gusseisen, ideal für alle Herdarten, auch Induktion. Er sorgt für gleichmäßige Wärmeverteilung und hält Speisen lange warm. Der Edelstahl-Knauf und die dekorative Deckelprägung verleihen ihm eine elegante Optik. Dank der strapazierfähigen Emaillebeschichtung in Dunkelrot außen und Creme innen ist der Bräter langlebig und stilvoll.

Erhältlich in oval (41,5 x 26,5 cm) und rund (Ø 25 cm).

Nur online auf www.tchibo.de

Alle weiteren Infos auf essen-und-trinken.de/gewinnspiele



Einfach
QR-Code
scannen und
mitmachen



SO GEHT ES: Ab dem 06.12.2024 können Sie 2x einen Gutschein im Wert von je 50 € gewinnen. Der Gewinn wird von der Tchibo GmbH unter allen Teilnehmern verlost, die bis zum 03.01.2025 auf www.essen-und-trinken.de/gewinnspiele teilnehmen. Weitere Infos finden Sie dort.

VORHER
Die Zutaten



Endlich im Rampenlicht

Jetzt ist ihre Zeit: Winterliche Gemüse wie Kohl, Wurzeln, Rüben und Kürbis nutzen die Chance für überzeugende, herrlich herzhaft Solo-Auftritte



NACHHER

Steckrübenstampf mit Mandel-Rosenkohl

Soulfood für kühle Tage: Würzig-duftig mit Wacholder, Nelke und etwas Ingwer wird der cremige Stampf serviert. Leichtigkeit verleihen in Butter geschwenkte Rosenkohlblätter. **Rezept Seite 88**

VORHER
Die Zutaten

A top-down view of various ingredients for a recipe, arranged on a light blue surface. The ingredients include: a stack of five fried mushrooms, a small bowl of red sauce, a glass bottle of olive oil, a small glass bottle of lemon juice, a bunch of fresh chives, a bowl of white cream, a small bowl of yellow liquid, a bunch of fresh basil, a large bowl of mixed green and yellow leafy vegetables, a small bowl of hazelnuts, a small glass bottle of oil, and a piece of ginger root. In the center are several whole parsnips.



NACHHER
**Harissa-Schwarz-
wurzeln mit Quark-Dip
und Salat**

Mit orientalischer Würzpaste und Zitronensaft
geschmort, zeigen Schwarzwurzeln
ihre raffinierte Seite. Ein Quark-Dip dazu
mildert bei Bedarf die Schärfe
der Harissa. Rezept Seite 88





VORHER
Die Zutaten

NACHHER
**Spitzkohl-Tarte-Tatin
mit Gelber Bete und Dip**

Karamellierte Spitzkohlspalten und Gelbe Bete garen unter einer Blätterteigdecke im Ofen. Mit dem richtigen Dreh lässt sich alles als Tarte servieren. Rezept Seite 89



VORHER
Die Zutaten





NACHHER

Pici mit Kürbissauce und cremigem Feta

Ganz egal, wie das Wetter ist: Pasta ist
immer ein Garant für gute Laune!
Hier würzig arrangiert mit Kürbis, Feta und
etwas frischer Minze. **Rezept Seite 89**



Foto Seite 81

Steckrübenstampf mit Mandel-Rosenkohl

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

STECKRÜBENSTAMPF

- 3 Wacholderbeeren
- 3 Gewürznelken
- 400 g mehligkochende Kartoffeln
- 250 g Steckrübe
- 20 g frischer Ingwer
- 2 El Butter (20 g)
- Salz • Pfeffer
- 200 ml Gemüsebrühe
- 100 ml Schlagsahne

ROSENKOHL

- 250 g Rosenkohl
- ½ rote Pfefferschote
- 1 Zwiebel (80 g)
- 1 Knoblauchzehe

- 1 El Butter (10 g)
 - 40 g gesalzene geröstete Rauchmandeln
 - Salz
 - Pfeffer
- DRESSING**
- 2 El Apfelessig
 - 2 El naturtrüber Apfelsaft
 - 1 Tl milder Senf
 - 4 El Zitronenöl
 - Salz
 - Pfeffer
 - 4 Stiele Kerbel
 - 1 Tl Zatar (arabische Gewürzmischung)

1. Für den Steckrübenstampf Wacholderbeeren und Nelken in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten anrösten. Etwas abkühlen lassen, dann in einen Mörser geben und fein mahlen. Inzwischen Kartoffeln und Steckrübe schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein reiben.
2. 1 El Butter in einem Topf zerlassen. Kartoffel- und Steckrübenwürfel sowie Ingwer darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten andünsten. Mit Salz, Pfeffer und gemahlenen Gewürzen würzen. Gemüsebrühe und Sahne zugießen, aufkochen und zugedeckt bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 25 Minuten weich garen.
3. Rosenkohl putzen, waschen und die einzelnen Blätter vorsichtig lösen. Pfefferschote putzen, waschen, trocken tupfen und in feine Ringe schneiden. Zwiebel halbieren und in feine Streifen schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden.
4. Für den Rosenkohl Butter in einer Pfanne zerlassen. Zwiebelstreifen, Knoblauch und Pfefferschote zugeben und darin bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten andünsten. Dann die Rosenkohlblätter zugeben und unter Schwenken 4–5 Minuten mit noch leichtem Biss dünsten. Mandeln grob hacken, unter den Rosenkohl mischen. Rosenkohl mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Für den Stampf Steckrüben-Kartoffel-Mischung abgießen, Kochflüssigkeit dabei auffangen. Steckrüben und Kartoffelwürfel mit einem Kartoffelstampfer fein zerstampfen. Dabei nach und nach restliche Butter (1 El) und so viel von der Kochflüssigkeit unterstampfen, dass ein cremiges Püree entsteht. Püree mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kurz warm halten.
6. Für das Dressing Essig, Apfelsaft, Senf, Zitronenöl, Salz und Pfeffer gut verquirlen. Kerbelblätter von den Stielen abzupfen. Steckrübenstampf und Rosenkohl auf vorgewärmten Tellern anrichten. Zitronendressing darüberträufeln. Mit Kerbel und Zatar bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

PRO PORTION 15 g E, 59 g F, 40 g KH = 791 kcal (3309 kJ)



Foto Seite 83

Harissa-Schwarzwurzeln mit Quark-Dip und Salat

★ EINFACH, VEGETARISCH

Für 2 Portionen

QUARK-DIP

- ½ Bund Schnittlauch
- 30 g frischer Meerrettich (ersatzweise 2 Tl Meerrettich aus dem Glas)
- 200 g Sahnequark (40% Fett)
- 1 Tl Agavendicksaft
- 1 El Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer

SCHWARZWURZELN

- 6 El Zitronensaft

- 10 Schwarzwurzeln (à 80 g)
- Salz
- 1 Tl Harissa-Paste
- 50 ml Gemüsebrühe
- 2 El Olivenöl • Pfeffer

SALAT

- 40 g Feldsalat
 - 40 g Frisée-Salat
 - 40 g Haselnusskerne mit Haut
 - 60 g softgetrocknete Feigen
- Außerdem: Einmalhandschuhe

1. Für den Dip Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Meerrettich schälen und fein reiben. Beides in einer Schüssel mit Quark, 2 El Wasser, Agavendicksaft, Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren.
2. Für die Schwarzwurzeln 5 El Zitronensaft und ca. 2 l kaltes Wasser in eine Schale geben. Schwarzwurzeln waschen, putzen, schälen, gegebenenfalls nochmals waschen und sofort in das Zitronenwasser legen. Dabei am besten Einmalhandschuhe tragen, da der Saft der Schwarzwurzeln die Hände verfärbt. In einem weiten Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Die Schwarzwurzeln nach Belieben in kleinere Stücke schneiden und im kochendem Salzwasser 2–3 Minuten angaren. Schwarzwurzeln mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben. In eiskaltem Wasser abschrecken und gut abtropfen lassen.
3. Harissa-Paste, restlichen Zitronensaft (1 El) und Gemüsebrühe verrühren. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Schwarzwurzeln darin bei mittlerer bis starker Hitze ca. 2 Minuten anbraten. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen. Harissa-Mischung zugießen, aufkochen und die Schwarzwurzeln offen bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten nahezu einkochen lassen.
4. Für den Salat Feldsalat und Frisée putzen, waschen, trocken schleudern und grob zerpfeifen. Haselnüsse in einer Pfanne ohne Öl anrösten, abkühlen lassen und grob hacken. Feigen je nach Größe vierteln oder achteln. Quark-Dip auf vorgewärmten Tellern verstreichen, die Harissa-Schwarzwurzeln darauf anrichten. Salat, Feigen und Haselnüsse darüber verteilen. Mit restlichem Harissa-Sud (aus der Pfanne) beträufeln und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde

PRO PORTION 19 g E, 35 g F, 28 g KH = 602 kcal (2523 kJ)



Foto Seite 85

Spitzkohl-Tarte-Tatin mit Gelber Bete und Dip

** MITTELSCHWER, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

SPITZKOHLE-TARTE

- 700 g Spitzkohl
- 1 Gelbe Bete (200 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 3 El Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 50 ml Gemüsebrühe
- 3 El Zucker
- 3 El Apfelessig
- 1 Packung Blätterteig aus dem Kühlregal (270 g; z. B. von Tante Fanny)

JOGHURT-DIP UND SALAT

- 1 Tl Fenchelsaat
 - 1–2 Bio-Limetten
 - 1 Tl Sumach
 - 250 g griechischer Joghurt (10% Fett)
 - 2 El Dattelsirup
 - 4 El Olivenöl
 - Salz • Pfeffer
 - 75 g Wildkräutersalat
 - 6 Stiele Thymian
- Außerdem: ofeneste Pfanne

1. Spitzkohl putzen, waschen, abtropfen lassen und längs in 8 Spalten schneiden. Bete putzen, schälen, waschen und in feine Spalten schneiden. Knoblauch in feine Scheiben schneiden.
2. 2 El Olivenöl in einer ofenesten Pfanne (ca. 26 cm Ø) erhitzen. Spitzkohl in die Pfanne geben und bei mittlerer bis hoher Hitze ca. 2 Minuten scharf anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Kohl aus der Pfanne nehmen, kurz warm halten. Restliches Öl (1 El) in der Pfanne erhitzen. Betespalten darin ca. 5 Minuten braten. Gemüsebrühe angießen und vollständig einkochen lassen. Bete mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Pfanne nehmen. Zucker in der Pfanne gleichmäßig verteilen, leicht karamellisieren lassen. Spitzkohlachtel und Bete auf dem Karamell verteilen. Mit Essig ablöschen und einkochen lassen.
3. Inzwischen Blätterteig entrollen und halbieren. Teighälften vom Backpapier lösen und versetzt so über das Gemüse in der Pfanne legen, dass die Ecken jeweils diagonal gegenüberliegen. Teigecken vorsichtig zwischen Pfannenrand und das Gemüse drücken. Teigplatte mit einer Gabel mehrmals einstechen. Im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Umluft 200 Grad) auf der 2. Schiene von unten 20–25 Minuten goldbraun backen.
4. Für den Dip inzwischen Fenchelsaat in einer Pfanne ohne Fett anrösten und abkühlen lassen. Limette heiß abwaschen und trocken reiben. Etwas Schale fein abreiben. Limette halbieren und Saft auspressen. Limettenschale, 1–2 El Limettensaft, Sumach, Joghurt, 1 El Dattelsirup, Fenchelsaat, 1 El Olivenöl, Salz und Pfeffer verrühren, abschmecken.
5. Wildkräutersalat verlesen, waschen und trocken schleudern. Für das Dressing restlichen Limettensaft (2 El), Dattelsirup (1 El), Olivenöl (3 El), Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Kurz vor dem Servieren den Wildkräutersalat unter das Dressing mischen.
6. Thymianblätter von den Stielen abzupfen. Die Pfanne aus dem Backofen nehmen und 2–3 Minuten ruhen lassen. Mithilfe eines passenden größeren Kuchentellers Pfanne mit Schwung umdrehen, sodass die Tarte aus der Pfanne auf den Teller stürzt. Thymianblätter darüber verteilen. Tarte, Joghurt-Dip und Salat anrichten.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

PRO PORTION 10 g E, 37 g F, 52 g KH = 613 kcal (2571 kJ)



Foto Seite 87

Pici mit Kürbissauce und cremigem Feta

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, VEGETARISCH

Für 4 Portionen

- 700 g Hokkaido-Kürbis
- 2 Tl Raz el Hanout
- 5 El Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zwiebel (80 g)
- 1 Knoblauchzehe
- ½–1 Tl Chiliflocken

- 150 ml trockener Weißwein (ersatzweise 2 El Zitronensaft und 100 ml Wasser)
- 200 ml Gemüsebrühe
- 120 ml Schlagsahne
- 400 g Pici-Hartweizennudeln (z. B. über www.mondogusto.de; ersatzweise Spaghetti)
- ½ Bio-Zitrone
- 4 Stiele Minze
- 100 g cremiger Feta

1. Kürbis putzen, waschen, in Spalten schneiden. Kerne und Fasern mit einem Löffel entfernen. 300 g Kürbis in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Kürbis in einer Schüssel mit Raz el Hanout, 3 El Olivenöl, Salz und Pfeffer in einer Schale mischen. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten garen und rösten.
2. Restlichen Kürbis (300 g) in grobe Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauch grob schneiden. Restliches Olivenöl (2 El) in einem Topf erhitzen. Kürbis, Chiliflocken, Zwiebel, und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Weißwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. Gemüsebrühe und Sahne zugießen, aufkochen und offen ca. 10 Minuten weich kochen.
3. Inzwischen Nudeln in einem Topf in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung al dente garen. Für die Sauce Zitronen heiß abwaschen, etwas Schale fein abreiben. Zitrone auspressen (2–3 El Saft). Weich gekochte Kürbiswürfel mit Kochsud, Zitronenschale und -saft in einen Standmixer geben, feincremig mixen und abschmecken.
4. Kürbiswürfel aus dem Ofen nehmen. Minzblätter von den Stielen abzupfen. Nudeln in ein Sieb abgießen, dabei 50–100 ml Kochwasser auffangen und gut abtropfen lassen. Pici, aufgefangenes Nudelkochwasser und Kürbissauce zurück in den Topf geben und cremig durchschwenken. Pici und geröstete Kürbiswürfel auf vorgewärmten Tellern anrichten. Feta über der Pasta zerbröseln, mit Minzblättern bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

PRO PORTION 20 g E, 29 g F, 95 g KH = 758 kcal (3177 kJ)

**„Würziger Käse passt besonders
gut zum leicht süßlichen
Aroma vom Hokkaido.
Hier könnte man auch
Gorgonzola verwenden.“**

»e&t«-Koch Tom Pingel

Parmesan & Apfel

In den besten Jahren

Die Verbindung von Apfel und Parmesan reicht über die klassische Käseplatte mit Fruchtgarnitur hinaus. Zwar bespielt Parmigiano auch die süße Sparte, in der der Apfel zu Hause ist. Aber »e&t«-Koch Maik Damerius befand: Aus dem Alter sind die beiden jetzt mal raus

Serie
Teil 10



Petersfisch mit Apfeljus und Apfel- Parmesan-Risotto

Kleine Fische, großer Wurf: Wir servieren die zarten Saint-Pierre-Filets gebraten in kräftiger Jus. Reifer Parmesan und knackiger Apfel geben dem Risotto dazu Säure, Würze – frischen Wind.
Rezept Seite 92





Foto Seite 91

Petersfisch mit Apfel-Parmesan-Risotto und Apfeljus

**** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT**

Für 6 Portionen

SAUCE

- 3 säuerliche Äpfel (à 150 g; z.B. Topaz oder Gala)
- 2 Zwiebeln (à 80 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Knollensellerie
- 2 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- 1 El Tomatenmark
- 100 ml Calvados
- 300 ml naturtrüber Apfelsaft
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 El Sojasauce
- 6 Stiele Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 6 Pimentkörner
- 1 Zimtstange
- 1 TL schwarze Pfefferkörner
- evtl. ½ TL Speisestärke

MARINIERTER APFEL

- 2 Granny-Smith-Äpfel (à 150 g)
- Salz • Zucker
- Pfeffer
- 1 El Olivenöl

RISOTTO

- 800 ml Gemüsebrühe
- 2 Schalotten (100 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 El Olivenöl
- 150 ml trockener Weißwein
- 350 g Risotto-Reis
- 130 g Parmesan (30 Monate gereift)
- 1 säuerlicher Apfel (150 g; z.B. Topaz oder Gala)
- 1 El Butter (10 g)
- Salz • Pfeffer

FISCH

- 12 Petersfischfilets (à 40 g; küchenfertig; ohne Haut und Gräten; siehe Info)
- 1 El Butter (10 g)
- 1 El neutrales Öl (z.B. Sonnenblumenöl)
- Salz • Pfeffer
- 18 Stiele Schafgarbe (siehe Tipp)
- 2 TL fein abgeriebene Bio-Zitronenschale

1. Für die Sauce Äpfel waschen, trocken tupfen, vierteln, entkernen und grob schneiden. Zwiebeln und Knoblauch grob schneiden. Sellerie putzen, waschen, trocken tupfen und in 2–3 cm große Würfel schneiden.

2. Öl in einem Topf oder Bräter erhitzen und das vorbereitete Gemüse darin bei mittlerer Hitze 4–5 Minuten unter Rühren goldbraun rösten. Tomatenmark zugeben und kurz mitdünsten. Mit Calvados ablöschen und um die Hälfte einkochen lassen. Apfelsaft, Brühe, Sojasauce, Thymian, Lorbeer, Piment, Zimtstange und Pfefferkörner zugeben, aufkochen und offen bei milder Hitze ca. 30 Minuten kochen lassen. Topf oder Bräter von der Herdplatte nehmen und die Sauce ca. 30 Minuten ziehen lassen.

3. Sauce durch ein feines Sieb in einen Topf gießen, aufkochen, offen bei mittlerer Hitze 8–10 Minuten einkochen lassen. Sauce ggf. mit in wenig kaltem Wasser gelöster Stärke leicht binden.

4. Für den marinierten Apfel inzwischen Granny Smith waschen, trocken reiben und mit einem Küchenhobel in ca. 1 mm dünne Scheiben hobeln. In einer Schüssel mit je 1 Prise Salz, Zucker und Pfeffer und dem Öl marinieren. Bis zum Servieren kalt stellen.

5. Für den Risotto Brühe aufkochen und warm halten. Schalotten und Knoblauch in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten glasig dünsten. Risotto-Reis zugeben und ca. 1 Minute mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und fast vollständig einkochen lassen. So viel heißen Fond angießen, dass der Reis knapp bedeckt ist. Risotto offen bei mittlerer Hitze

16–18 Minuten bissfest garen, dabei nach und nach restlichen heißen Fond zugießen und gelegentlich umrühren.

6. 70 g Parmesan fein reiben, restlichen Parmesan (60 g) in feine Scheiben hobeln. Apfel waschen, trocken reiben, vierteln, entkernen und in ca. 5 mm kleine Würfel schneiden. Risotto nach der Garzeit vom Herd ziehen, Butter, geriebenen Parmesan und Apfelwürfel unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen.

7. Petersfischfilets trocken tupfen (ggf. noch vorhandene Gräten entfernen). Butter und Öl in einer großen beschichteten Pfanne erhitzen. Filets mit Salz und Pfeffer würzen und im heißen Fett von jeder Seite 2–3 Minuten braten.

8. Schafgarbenblätter von den Stielen abzupfen. Fisch aus der Pfanne nehmen, gleichmäßig mit Zitronenschale und etwas Schafgarbe bestreuen. Je etwas Risotto, marinierten Apfel, Parmesan und Schafgarbe auf vorgewärmten Tellern anrichten. Je 2 Fischfilets mit 3–4 El Sauce in einem tiefen Teller anrichten und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:30 Stunden

PRO PORTION 26 g E, 20 g F, 70 g KH = 610 kcal (2558 kJ)

Tipp Ersatzweise Gartenkresse, Kerbel oder Kräutersalat nutzen.

Info Ein Petersfisch hat 6 kleine Filets. Sie sind einzeln und auch tiefgekühlt erhältlich, z.B. über <https://tellermitte.de>

Ein Traumpaar, weil

der eine zunehmend Altersflecken bekommt und der andere erfrischend darüber hinwegsieht. Altersflecken sind schließlich ein Zeichen von Reife. Beim Parmigiano Reggiano dauert die mindestens 12, oft 24, aber auch 48 Monate und länger. In dieser Zeit rücken Milchsäurebakterien dem Käse mit Enzymen zu Laibe, die Proteine spalten, wobei Aminosäuren frei werden, die aussehen wie Salz, aber keins sind, sondern Tyrosinkristalle und ein gutes Zeichen. Nämlich von Reife und Qualität. Man kennt es vom Schinken. Alter ist halt nichts für Kostverächter. Und wer reift, kann selbst als Obst oder Milchprodukt in die Geschichte eingehen. Wo der biblische Apfel seit dem 5./4. Jh. v.Chr. aktenkundig ist, hat der herkunftsgeschützte Hartkäse, der in eng definierten norditalienischen Grenzen aus Milch, Salz und Lab entsteht, auch schon 900 Jahre auf dem Buckel und ebenfalls einen Platz in der Literatur: Giovanni Boccaccio verortete ihn in seinem „Dekameron“ um 1350 „in einem Landstrich namens Wohlbekomm's“, fabulierte lukullisch von einem „Berg aus geriebenem Parmesankäse, auf dem Menschen ständen, die nichts anderes machten als Makkaroni und Eierklöße, die sie in Kapaunenbrühe kochten“. Der eine aus dem Paradies, der andere aus dem Schlaraffenland. Und was macht die zwei nun zum Traumpaar? Kurzum: Apfel erfrischt die salzige Cremigkeit von Parmesan über alle Zeiten hinweg einfach ganz wunderbar.



Apfel-Senf-Tatar mit Parmesan-Chip und Apfelsud

Kalte Küche filigran: Apfel, Gurke und Parmesan in feinen Würfeln und etwas Senfsaat für den Biss. Mit erfrischendem Würzsud, zweimal Knusper und – ta-taa! – zarten roten Blüten von saurem grünen Apfel.
Rezept Seite 94



Foto Seite 93

Apfel-Senf-Tatar mit Parmesan-Chips, Apple Blossom und Apfelsud

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT,
VEGETARISCH

Für 6 Portionen

APFELSUD

- 2 Granny-Smith-Äpfel
(à 150 g)
- 4 Stiele Dill
- 2 Sternanis
- 1 Lorbeerblatt
- 3 Gewürznelken
- 1 El Honig
- Salz
- 2 El Haselnussöl

PARMESAN-CHIPS

- 80 g Parmesan
(24 Monate gereift)

APFELTATAR

- 1 El Senfsaat
- 2 Stiele Dill
- 1 säuerlicher Apfel (150 g;
z. B. Topaz oder Gala)

- 1 Granny-Smith-Äpfel
(150 g)
- 200 g Salatgurke
- 60 g Parmesan
(30 Monate gereift)
- 2 El Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

TOPPING

- 40 g ganze Haselnusskerne
(ohne Haut)
- 6 Stiele Apple Blossom
(von Koppert Cress; z. B.
Frischeparadies)

Außerdem: Entsafter, Küchen-
thermometer, Garnierring
(8 cm Ø)

1. Für den Apfelsud Granny-Smith-Äpfel waschen, trocken reiben, vierteln, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Dillspitzen von den Stielen abzupfen. Äpfel und Dill in einem Entsafter (am besten in einem Slow Juicer; siehe Info) entsaften (ergibt ca. 200 ml). Apfelsaft, Sternanis, Lorbeer, Nelken, Honig und 1 Prise Salz in einem Topf auf ca. 80 Grad erhitzen (Thermometer benutzen!) und ca. 5 Minuten ziehen lassen. Sud beiseite abkühlen lassen, Haselnussöl unterrühren, kalt stellen.

2. Für die Chips Parmesan fein reiben. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech gleichmäßig verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 6–8 Minuten knusprig backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und in grobe Stücke brechen.

3. Für das Apfeltatar Senfsaat in einem Topf mit Wasser aufkochen und bei mittlerer Hitze offen 6–7 Minuten kochen lassen. Senfsaat in einem Sieb abgießen, abtropfen und abkühlen lassen.

4. Dillspitzen von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Beide Äpfel waschen und trocken reiben. Gurke waschen, schälen, längs halbieren und entkernen. Äpfel, Gurke und Parmesan in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Senfsaat, Apfel-, Gurken- und Parmesanwürfel mit Olivenöl, Dill, Salz und Pfeffer in einer Schale mischen. Tatar bis zum Servieren kalt stellen.

5. Haselnüsse in einer Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten rösten, herausnehmen, abkühlen lassen und halbieren. Apple Blossom von den Stielen abzupfen. Tatar portionsweise in einem tiefen Teller mithilfe eines Garnierrings (8 cm Ø) anrichten, dabei das Tatar leicht andrücken. Halbierete Haselnüsse, Parmesan-Chips und Apple Blossom auf dem Tatar anrichten. Je 3–4 El Apfelsud angießen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:10 Stunden

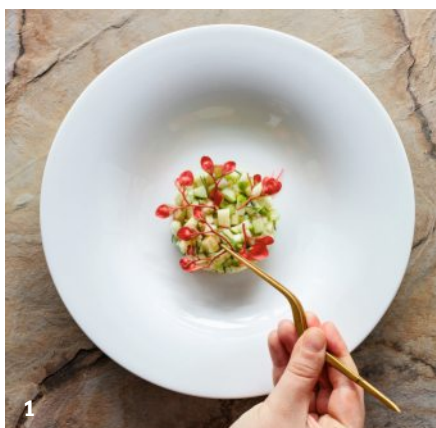
PRO PORTION 8 g E, 18 g F, 13 g KH = 255 kcal (1073 kJ)

Tipp Statt mit Apple Blossom kann das Tatar auch mit kleinen Dillspitzen garniert werden.

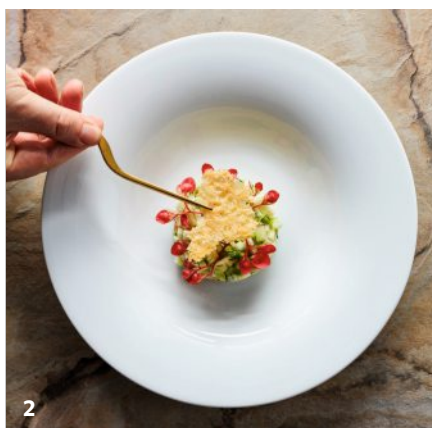
Info Beim Entsaften mittels „Slow Juicer“ entsteht weniger Hitze. Dadurch bleiben mehr wertvolle Vitamine, Enzyme, Mineral- und sekundäre Pflanzenstoffe erhalten.

„Für die gebackenen
Chips nutze ich jüngeren
Parmesan, der schmilzt
gut und schmeckt milder.
Da das Tatar mehr Würze
verträgt, nehme ich dafür
den älteren, reiferen.“

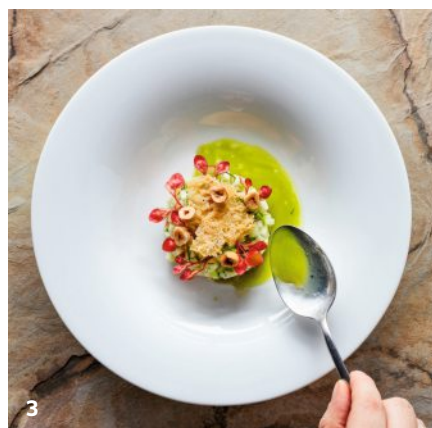
»e&t«-Koch Maik Damerius



Zum Anrichten das Apfel-Senf-Tatar in einem tiefen Teller in einen Garnierring (8 cm Ø) geben und mit dem Löffel leicht andrücken.



Am besten mit einer Pinzette Apple Blossom, Parmesan-Chips und einige halbierte Haselnusskerne auf dem Tatar anrichten.



Rund um das belegte Apfel-Senf-Tatar je 3–4 El Apfelsud in den tiefen Teller geben und servieren.

Lust auf Schönes und Nützliches?



Hochwertig. Natürlich. Authentisch.
shop.landl
ust.de

Landl
SHOP

Im Münchner „Victorian House“ kommen Scones mit Clotted Cream und Jam (Erdbeerkonfitüre) auf den Tisch, nebst hausgemachtem Aprikosenkuchen, hier auf Spode Blue Italian

SCONES UND VORURTEIL

Eine Tasse Tee ist immer eine gute Idee. Aber muss man gleich eine Zeremonie daraus machen? Carola Rönneburg, ausgewiesene Kaffeetrinkerin, ging dem Phänomen des Afternoon Tea auf den Grund – ein köstliches Kuriosum der feinen englischen Lebensart



Schuf in Hamburg
seine britische Insel: Jörg
Schröder-Dammköhler,
Inhaber des Cafés und
Tearooms „Eaton Place“

Es ist September, als mich die Redaktion von „essen & trinken“ anruft: Ressortleiterin Claudia Muir beobachtet in ihrem Hamburger Umfeld einen erstarkenden Hang zum englischen Afternoon Tea, und zwar aushäusig. Man sei durchaus bereit, für Tee, kleine Sandwiches und Kuchen gutes Geld zu zahlen. Dieser Sache soll ich als ausgewiesene Kaffeetrinkerin nachgehen. Wie läuft das Ritual ab, was gibt es zu essen? Ich übernehme die Aufgabe, doch nachdem ich mich eingelese habe („The Ritz London Book of Afternoon Tea – The Art & Pleasures of Taking Tea“), tauchen weitere Fragen auf. Wer macht so was? Welcher Zauber wohnt einem Gurkensandwich inne? Eine Befragung im Bekanntenkreis ergibt, dass niemand je einen Afternoon Tea zu sich genommen hat. Einige aber kennen Cream Tea von Englandreisen. Sie erinnern sich schlagartig an Gebäck namens Scones und seufzen stets: „Ich liebe Scones!“ Allerdings ist keiner von ihnen dieser Leidenschaft hierzulande weiter nachgegangen – das macht mich skeptisch.

Adelige Zwischenmahlzeit

Den Afternoon Tea soll die siebte Herzogin von Bedford um 1840 eingeführt haben. Damals lag für die Oberschicht zwischen dem Mittag- und dem sehr späten Abendessen eine lange Pause, die die hungrige Adelige mit Tee, gebuttertem Brot und Kuchen überbrückte. Bald lud sie Freunde zu dieser Zwischenmahlzeit ein und schuf so ein gesellschaftliches Ereignis, das sich in ihren Kreisen weit verbreitete. Hatte die Begeisterung für Tee in England an sich schon für viele Tee-Nebenprodukte gesorgt wie etwa die Tasse für Bärtige – eine Leiste im Inneren verhinderte, dass der Schnurr-




THE VICTORIAN HOUSE

1 Schöne Nebensache: Ananas-Rübli-Kuchen zählt zur Auswahl hausgemachter Kuchen, die das klassische Teatime-Arrangement ergänzen

2 Persönlicher Stil: Das Teehaus am Viktualienmarkt ist wie ein englisches Boutique-Hotel aufgemacht und hat, worauf es bei einer Teatime ankommt – Atmosphäre

bart nass werden konnte –, entwickelte sich um den Afternoon Tea herum auch die Damenmode. Ende des 19. Jahrhunderts trugen Frauen anlässlich von Tee-Einladungen lange, locker taillierte Kleider. Das war praktisch, weil mittlerweile das sättigende Sandwich erfunden worden war.



Eine Klasse für sich:
Die Afternoon-Tea-
Etagere im Hamburger
Hotel „The Fontenay“



1

Münchens Anglophilen-Treff

Ganz in der Gegenwart befindet sich Uwe Lindner. Ich treffe ihn im „Victorian House“ am Viktualienmarkt, das Lindner mit zwei Partnern in München betreibt. Das große Lokal hat 70 Plätze, ist eng bestuhlt und gemütlich. Am Eingang thront eine Standuhr, auf Stühlen und Bänken viele Kissen, an den Wänden Porträts, Drucke von Jagden und botanische Illustrationen, in einer Ecke eine gigantische chinesische Vase, die „Tim und Struppi“-Lesern bekannt vorkommen dürfte. Für den Afternoon Tea ist es eigentlich noch zu früh im Jahr, aber ich darf kosten, was das „Victorian House“ zu bieten hat. Auf einer dreistöckigen Etagere liegen schmale recht-



3



2

THE FONTENAY

1 Jahreszeitlich inspiriert: Chef-Pâtissier Marco D'Andrea präsentiert eine seiner vier wechselnden Editionen von Afternoon Tea

2 Organisch gedacht: Die Atrium ist als Wohnzimmer konzipiert, in dem man mit weitem Blick leger zusammenkommt

3 Little Key Lime Pie: „The Eclipse“ eint Amalfi-Zitrone, Butterkeks, Salzstangen und Baiser

eckige „Finger Sandwiches“ im Erdgeschoss, im zweiten Stock Scones mit einer kleinen Packung „Rhodda's Classic Cornish Clotted Cream“ und einem Gläschen Erdbeerkonfitüre und oben Macarons. Den Tee dazu hat mir Lindner auf meine Bitte hin ausgesucht: „King Charles III. Coronation Tea“, ein Schwarztee aus Kenia mit getrockneten Grapefruitstückchen, der angenehm duftend in einer riesigen Tasse daherkommt. „Afternoon Tea must always start with sandwiches“, habe ich gelernt. Lindner lächelt. „Eigentlich geht es von unten nach oben“, bestätigt er, „aber da die Scones noch warm sind, würde ich sie nicht zu lange liegen lassen.“ Ich nehme pflichtschuldig zunächst ein Sandwich mit Lachs, freue mich aber über die offizielle Freigabe der Scones, die schließlich Neuland für mich sind. Lindner weiß das. Ich solle sie horizontal in der Mitte öffnen, sagt er. Auf das Teilstück kommt Clotted Cream, ein cremiger Rahm mit einem Fettanteil von sen-

Antonio da
Silva Oliveira,
Mitinhaber des
„Eaton Place“, mit
frischen Scones,
wahlweise pur, mit
Rosinen, Cheddar,
Lachs oder Bacon





1

sationellen 55 Prozent, darauf etwas Erdbeerkonfitüre. Ich beiße ab und bin schockiert. Ist das gut! Lindner grinst fröhlich. In Cornwall, woher Lindner Clotted Cream bezieht, hätte ich mich so übrigens blamiert. Hier kommt die Konfitüre zuerst auf den Scone – meine Methode wird im angrenzenden Devon praktiziert. Während ich mich durch die Etagere probiere, erklärt Lindner seine Küchenpraxis. Für die Sandwiches verwendet er Tramezzino-Toast, bereits entrindetes Weißbrot. Das wird gebuttert und erst mal wieder kühl gestellt, damit der Belag, Cheddar mit Zwiebel-Chutney zum Beispiel, nicht ins Schleudern kommt. „Die Sandwiches sind zeitaufwendig“, merkt er an. Seine Scones



3

EATON PLACE

1 Unten herzhaft, oben süß: Sandwiches bilden die Basis, mittig warten die Scones, kleine Kuchen, Kekse und Muffins kommen zum Schluss **2** Eine schrecklich nette Familie: King Charles III. und Queen Camilla beehren den Tearoom in königlicher Robe **3** Wir ziehen die Mütze: Service-Mitarbeiterin Sonja Siech trägt stilecht ein Stück Südafrikanischen Carrot Cake mit Walnüssen, Möhre, Ananas und Frischkäse-Icing auf



2

hätten absichtlich einen leicht krümeligen Charakter: „Sie sollen keine Milchbrötchen sein.“ Dass Lindner in München landete, liegt übrigens an einer noch rechtzeitig erkannten Fehlplanung. Kurz nach seiner Kochausbildung wollte er sich mit einem Freund in Südengland selbstständig machen. „Wir hatten ein schönes Objekt gefunden – bis sich herausstellte, dass sich die Lizenz für dieses Gewerbe allein darauf bezog, Postkarten verkaufen zu dürfen.“ Rückzug, Neuanfang im Bayerischen Wald – Lindner lernte backen. Er atmet tief durch. Backen bedeute, sich an Regeln halten zu müssen. „Man kann nicht improvisieren.“ Nach zehn Jahren wanderte er nach München aus und etablierte das „Victorian House“, in dem seine englischen Kuchen und Torten begeistern. Das höre ich jedenfalls vom Nebentisch, an dem sich acht Frauen niedergelassen haben, eine Konversationsgruppe, die ihr Englisch übt und so gar nicht dem Publikum entspricht, das ich hier erwartet hätte. Im Winter, stelle ich mir vor, würde ich als Münchnerin gern die

Frauenstraße entlangschlittern und mich in das „Victorian House“ retten.

Ein ikonisches Gebäck

Die englische Autorin Felicity Cloake schrieb 2010 im „Guardian“ über den perfekten Scone. Sie probierte zahlreiche Anleitungen aus und stellte fest, dass es keine zuverlässigen Regeln für das Backtriebmittel gibt. „Englische

TEE TEA THÉ

1 Hübsch plüschig: Gemüsesticks und frisches Obst ergänzen die Tea-Time-Garnitur **2** Breite Range: im urigen Schöneberger Ladencafé sind Stammgäste und Neulinge in Sachen Tee täglich ab 10 Uhr gut beraten



Rezepte verlangen Backpulver, Soda, self-raising-flour, Weinstein – und eine Kombination von allem.“ Das beste Rezept, befand Cloake, war eines für schottische Scones. Sie werden mit self-raising-flour – Mehl, dem Backpulver und etwas Salz zugesetzt ist –, Butter, Schweineschmalz und Milch hergestellt. Ihre Leserinnen und Leser diskutierten den perfekten Scone anschließend begeistert. Manche setzten Eier ein, sprachen sich für Butter oder gegen Schmalz aus. Ob der Teig ruhen müsse, löste die nächste Debatte aus. „Ja“, schrieben die meisten, Teilnehmer aus Yorkshire waren strikt dagegen. Die größte Auseinandersetzung aber drehte sich um die Frage, wie man „scones“ ausspricht. Mit langem oder kurzem „o“? Eine überwältigende Mehrheit plädierte für das kurze „o“: „Definitely skon, never skoan!“

Hanseatischer Luxus

Meine nächste Station ist in Hamburg, in der „Atrium Lounge“ des Luxushotels „The Fontenay“ an der Außenalster: ein beeindruckender Raum unter einer 27 Meter hohen Kuppel, mit gepolsterten Rückbänken im Rund und weit auseinanderstehenden Inseln aus Teetischen und Stühlen. Ich bin froh, nicht allein, sondern in Begleitung von Claudia Muir zu sein. Sind wir überhaupt ordentlich genug angezogen? Dann setzt sich Chef-Pâtissier Marco D’Andrea zu uns und vermittelt uns mit seiner herzlichen, lockeren Art, dass wir uns auch in dieser Welt zu Hause fühlen sollen. Wir starten mit zartem chinesisches weißen Tee.

Die Etagere im „Fontenay“ wirkt etwas befremdlich – eine halbe Voliere mit angeklebtem Deko-Vogel –, ihr Inhalt allerdings sieht wunderbar appetitlich aus. Doch vorab serviert uns D’Andrea ein warmes, geröstetes Pilz-sandwich mit Trüffeln: „Bitte nehmen Sie das zuerst!“ Wir essen und gehen innerlich in die Knie: Es ist so köstlich! D’Andrea fordert uns auf, anschließend die Regeln zu brechen. „Es gibt keinen Grund, die Etagere formal abzuarbeiten“, sagt er, „am Ende wird es viel zu süß.“ Wir folgen gern und nehmen uns die Scones vor. Claudia hat englische Wurzeln, sie öffnet ihren Scone, taucht ihre Nase hinein. „Ja“, sagt sie erfasst, „das erinnert mich an meine Kindheit.“





BITS – BRITAIN & IRELAND TOURS

1 Außen Tweed, innen Punk: Wulf Scheunert vermittelt die britische Lebensart in seinem Reisebüro auch kulinarisch – mit selbst gebackenen Scones und Cream-Tea-Set to go
2 Klare Kante: Die Rinde vom Weißbrot muss runter, und ins Sandwich kommen Cheddar, Lachs und Gurkenstreifen

sei das beste Produkt, gebe auch Torten Stand. Es kommt mir fast wie ein Skandal vor.

Wir wollen die ersten Pralinen und Törtchen probieren, als D'Andrea einen lässig als „Snack“ angekündigten Zwischengang aufführt. Der besteht aus panierten und frittierten Hühnerkeulenteilchen auf Kohlsalat mit Koriander. Danach ist nur noch Platz für eine der unglaublich ausgetüftelten Pralinen. Für diese Art Afternoon Tea gibt es also eine Vorbedingung: Keinesfalls vorher mehr als ein kleines Frühstück einnehmen!

Eine Prise Exzentrik

Am nächsten Tag bin ich in einem weniger mondänen, aber niedlichen Teehaus in Hamburg-Ottensen, das sich der Teetradition ernsthaft verschrieben hat und in dem Betreiber Jörg Schröder-Dammköhler seiner Liebe zu England exzentrisch Ausdruck verleiht. Er begrüßt seine Gäste gern in Outfits aus den Anfängen des 20. Jahrhunderts – bei meinem Besuch trägt er Knickerbocker –, Großbritanniens Monarchinnen und Monarchen sind Teil seines Alltags, und ein fluffiger weißer Hund gehört zum Inventar des „Eaton Place“. Schröder-Dammköhler bereist seit Jahren vor allem Südengland. Inspiriert, eine eigene Gastronomie zu eröffnen, wurde er 2015 in Rom – im ältesten englischen Teelokal der Stadt, „Babington's Tea Rooms“ an der Spanischen Treppe.

30 Teesorten stehen im „Eaton Place“ auf der Karte. „Mehr würde unsere Gäste überfordern“, findet Schröder-Dammköhler. Die Blends seien selbst zusammengestellt und auf die eigenen Kuchen abgestimmt. Zum Afternoon Tea empfiehlt er mir seinen angenehmen „Jubilee“-Tee aus vier Assam-Tees mit Noten von Rose, Kornblume, Wacholder und Gin. Die Sandwiches, hier dreieckig,

Wir essen munter durcheinander, bestreichen die Scones mit selbst gemachter Clotted Cream und besten, weil nicht zu süßen Konfitüren und probieren fantastischen Lemon Curd, jene englische Spezialität aus Zitronensaft, Zucker, Ei und reichlich Butter. Dann greifen wir wieder zu den Finger Sandwiches, die durch die Toppings nicht ganz einfach zu essen sind, geschmacklich aber – das Roastbeef-Sandwich mit Meerrettich, etwa, oder das Gurkensandwich, das durch Kerbel und Estragon enorm gewinnt – perfekt! Gefragt, ob er den Frischkäse für die Sandwiches auch selbst herstelle – D'Andrea buttert nicht –, antwortet der gelernte Koch, er verwende Philadelphia-Frischkäse. Der



sind nett gemacht, die Scones richtig gut. Und wer möchte, darf Clotted Cream und Tee nachbestellen.

Mit Tee gut beraten

Und nun nach Berlin. „Tee Tea Thè“, ein kuscheliges Teehaus-Café mit angeschlossenem Teeladen im Bezirk Schöneberg, ist regionaler Vertriebspartner der Frankfurter Teehandelsfirma Ronnefeldt – und die Teekarte daher ein Buch. Stammgäste werden darin in den letzten 28 Jahren sicherlich ihre Lieblingstees gefunden haben. Für Neulinge wie mich gibt es Geschäftsführer Detlev Lücke. Er schlägt eine Komposition aus Darjeeling, Ceylon- und chinesischem Tee als Begleitung zum Afternoon Tea vor, der hier auch „High Tea“ heißt. Das wäre eigentlich eine erweiterte Mahlzeit am frühen Abend mit zusätzlichen Speisen wie Pasteten, in sehr viel Butter angemachten Krabben oder Rührei. Aber nachdem schon alle die Regeln brechen, warum nicht auch das „Tee Tea Thè“? Die Etagere aus seiner Küche kommt etwas überdekoriert daher, bietet pas-

sable Sandwiches, feine, recht große Scones und selbst hergestellte Clotted Cream. Im Gespräch zeigt sich Lücke als Fachmann, nicht als Missionar. Er erzählt von seinen Teeverkostungen und der Notwendigkeit, Kaffee und Tee getrennt aufzubewahren: „Tee ist schrecklich anfällig für andere Aromen.“ Als ich den Laden verlasse, steht fest: Ich werde hier meinen ersten Tee seit Jahren kaufen und mich von Lücke beraten lassen.

Berliner Cream Tea to go

Zum Schluss besuche ich Wulf Scheunert in seinem Kreuzberger Reisebüro BITS, das auf Individualreisen nach Großbritannien und Irland spezialisiert ist. Der 61-Jährige entdeckte England in seiner Jugend für sich: „Ich bin immer wieder zu Punk-Konzerten hingereist“, erzählt er. Als die Corona-Pandemie begann und Flaute in seiner Firma herrschte, verlegte sich Scheunert auf das Backen von Scones. Er entwickelte einen Cream Tea to go bzw. per Versand: zwei Scones nach Wahl, je ein Gläschen Clotted Cream und Konfitüre, ein Beutel

Yorkshire Tea, hübsch verpackt in einer Pappschachtel mit Sichtfenster und nur auf Vorbestellung. Das sprach sich rum und „war gut für die Psyche“, so Scheunert. Als dann auch noch die britische Botschaft seine Scones bestellte, habe er sich regelrecht geadelt gefühlt. Während wir uns unterhalten, betritt ein Mittdreißiger den Laden, ein Neukunde. Er habe nach einem Geschenk mit England-Bezug für Frau und Töchter gesucht, sagt er, „ins ‚Hotel Adlon‘ ausführen kann ich sie schließlich nicht so oft.“

Die Scones von Scheunert waren übrigens hervorragend. Und das Fazit meiner tagelangen Teatime lautet: Es ist möglich, sich Teetrinkern anzunähern und ihre Gewohnheiten in das eigene Leben zu integrieren – besonders Scones! Falls nicht, hätten wir immer noch Kaffee und Kuchen.



»e&t«-Autorin **Carola Rönneburg** versteht den Afternoon Tea als kulinarische Bereicherung. Sie wird ab sofort mehr Tee trinken und sehr viele Scones essen.

Vernachlässigte Kinder fühlen sich oft vergessen.


Mit Ihrer Spende schenken wir vernachlässigten Kindern die Aufmerksamkeit und Unterstützung, die ihnen fehlt.



**SOS
KINDERDORF**



Jetzt Code
scannen und
spenden!



Coldstream Guards:
Die Uniform des
Garderegimentes der britischen
Armee – hinter Glas

HAVE A GOOD TEATIME IN ...

München

The Victorian House Frauenstraße 14,
80469 München (Altstadt),
T. 089/25 54 69 47
www.victorianhouse.de

Hamburg

Eaton Place Bahrenfelder Straße 80,
22765 Hamburg (Ottensen),
T. 040/55 64 18 92, www.eaton-place.de

The Fontenay Fontenay 10,
20354 Hamburg (Harvestehude),
T. 040/60 56 60 50
www.thefontenay.com

Berlin

Tee Tea Thé Goltzstraße 2, 10781
Berlin (Schöneberg), T. 030/217 52 20
www.teeteathe.de

Reisebüro BITS Friesenstraße 20,
10965 Berlin (Kreuzberg),
T. 030/687 53 39, www.bits-berlin.com

SPRO – Scones Bakery & Coffee
Zu hausgemachten Scones, Pralinen
und Petits Fours aus der eigenen Kon-
ditorei bekommt man hier auch fair
gehandelten mexikanischen Kaffee.
Schönhauser Allee 50A, 10437 Berlin
(Prenzlauer Berg), T. 030/44 32 86 02
www.spro-coffee.com

Frankfurt

Schlosshotel Kronberg
Afternoon Tea mit feinem Tee-Arrange-
ment in den ehemaligen Privaträumen
Kaiserin Victorias. Donnerstags bis
sonntags, mit und ohne Hausführung.
Hainstraße 25, 61476 Kronberg im
Taunus, T. 06173/70101
www.schlosshotel-kronberg.com

Weitere Orte

Von Flensburg bis zum Bodensee
bieten vor allem große Hotels ihre
Variante der Teatime an. „Das James“
(Flensburg) offeriert vier Varianten. In
Berlin lädt u. a. das „Adlon Kempinski“
zur exklusiven Teestunde, in Hamburg
u. a. das „Fairmont Hotel Vier Jahres-
zeiten“ und das „Atlantic Hotel“.
In Konstanz bekommt man einen
Afternoon Tea im Schloss.



IMPRESSUM

VERLAG DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG
HÜLSEBROCKSTRASSE 2-8, 48165 MÜNSTER

SITZ DER REDAKTION STRASSENBAHNRING 15, 20251 HAMBURG

TELEFON 040/210 91 66 70

PUBLISHER FRANK GLOYSTEIN

STELLV. PUBLISHERIN SINA HILKER

REDAKTIONSLEITUNG ARABELLE STIEG

CREATIVE DIRECTOR ELISABETH HERZEL

ART DIRECTOR ANKE SIEBENEICHER

LEITER E&T-KÜCHE ACHIM ELLMER

BLUEBERRY FOOD STUDIOS STUDIO MANAGEMENT: ELLEN HANSELMANN
REZEPTENTWICKLUNG UND FOODSTYLING: MAIK DAMERIUS,
JENS HILDEBRANDT, LISA NIEMANN,
TOM PINGEL, JAN SCHÜMANN
FOTO: FLORIAN BONANNI, DENISE GORENC,
TOBIAS PANKRATH

REDAKTION INKEN BABERG, BENEDIKT ERNST, ANNA FLOORS,
ANTJE KLEIN, SUSANNE LEGIEN-RAHT,
JONAS MORGENTHALER, ANNE STREICHER

LAYOUT KATRIN FALCK, MATTHIAS MEYER, ALINA RENK

BILDREDAKTION MARTINA RAABE, CHRISTINE KNÄBLE (FR)

SCHLUSSREDAKTION SIGRID NIEDERHAUSEN

REDAKTIONSASSISTENZ CHRISTINA STÜVEN

LESERSERVICE ANTJE KLEIN, TEL. 040/210 91 66 77

GESCHÄFTSFÜHRUNG MALTE SCHWERDTFEGER

VERTRIEB DMV DER MEDIENVERTRIEB GMBH & CO. KG

MARKETING UND VERTRIEB MARTIN JANNKE (LTG.), IDA BRUNS

HANDELSAUFLAGE DMV DER MEDIENVERTRIEB GMBH & CO. KG

ABO-AUFLAGE DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG

ANZEIGEN VERANTWORTLICH FÜR DEN ANZEIGENTEIL
ARNE ZIMMER, AD ALLIANCE GMBH, AM BAUMWALL 11,
20459 HAMBURG
ES GILT DIE GÜLTIGE PREISLISTE. INFOS HIERZU UNTER
WWW.AD-ALLIANCE.DE

SYNDICATION PICTURE PRESS, E-MAIL: SALES@PICTUREPRESS.DE

HERSTELLUNG ANJA LUSZEK-HOFFMANN (LTG.), ANDRÉ GLASS

**VERANTWORTLICH FÜR
WWW.ESSEN-UND-TRINKEN.DE** CHEFKOCH GMBH

REDAKTION ESSEN-UND-TRINKEN.DE DAVID BREUL (LTG.), BERENICE EULENBURG,
SEBASTIAN KAGERER, JENNY KIEFER, INA LASARZIK,
MARIA MARNITZ, SASKIA MENZYK, JUDITH OTTERSACH,
ALBERTINE THUMM

**VERANTWORTLICH FÜR DEN
REDAKTIONELLEN INHALT** ARABELLE STIEG
STRASSENBAHNRING 15, 20251 HAMBURG

COPYRIGHT © 2025: ESSEN & TRINKEN ISSN 0721-9776

FÜR ALLE BEITRÄGE, SOWEIT NICHT ANDERS ANGEGEBEN, BEI DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG
NACHDRUCK, AUFNAHME IN ONLINE-DIENSTE UND INTERNET UND VERVIELFÄLTIGUNG AUF DATENTRÄGER WIE
CD-ROM, DVD-ROM ETC. NUR NACH VORHERIGER SCHRIFTLICHER ZUSTIMMUNG DES VERLAGES. FÜR UNVERLANGT
EINGESANDTE MANUSKRIPTE, FOTOS UND ZEICHNUNGEN WIRD KEINE HAFTUNG ÜBERNOMMEN.

DER BILDNACHWEIS WIRD BEI MEHREREN UNTERSCHIEDLICHEN URHEBERN, JE BEITRAG AUF DER EINZELSEITE UND
AUF DER DOPPELSEITE, IM UHRZEIGERSINN AUFGEZÄHLT.

ESSEN & TRINKEN (USPS NO 00000384) IS PUBLISHED MONTHLY BY DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG.
KNOWN OFFICE OF PUBLICATION: DATA MEDIA (A DIVISION OF COVER-ALL COMPUTER SERVICES CORP.),
2221 KENMORE AVENUE, SUITE 106, BUFFALO, NY 14207-1306. PERIODICALS POSTAGE IS PAID AT BUFFALO, NY 14205.

POSTMASTER: SEND ADDRESS CHANGES TO ESSEN & TRINKEN, DATA MEDIA, P.O. BOX 155, BUFFALO,
NY 14205-0155, E-MAIL: SERVICE@ROLTEK.COM, TOLL FREE: 1-877-776-5835

LITHOGRAFIE: PETER BECKER GMBH, BÜRGERBRÄU, HAUS 09, FRANKFURTER STRASSE 87, 97082 WÜRZBURG

DRUCKEREI: MOHN MEDIA MOHNDRUCK GMBH, GÜTERSLOH

DEUTSCHE MEDIEN-MANUFAKTUR GMBH & CO. KG

DEUTSCHE
MEDIEN
MANUFAKTUR
Verlagsgruppe



HERSTELLER

CAWÖ www.cawoe-shop.com	MAHLER www.mahlerstoffe.de
DENK KERAMIK www.denk-keramik.de	ROBBE & BERKING www.robbeberking.de
DIBBERN www.dibbern-onlineshop.de	ROYAL COPENHAGEN www.royal-copenhagen-shop.de
FISSLER www.fissler.com	SERAX www.serax.com
JARS CÉRAMISTES www.jarsceramistes.com	SINIKKA HARMS CERAMICS www.sinikkaharms.de
K.H. WÜRTZ www.khwurtz.dk	SWEET POTTERY www.sweetpottery.de



Wärmt ganz wunderbar

Passend zur dunklen Jahreszeit: Unser neues »essen&trinken« SPEZIAL „Lieblinge aus dem Ofen“ ist da. Mit 86 wunderbaren Rezepten von Parmesan-Soufflé bis Pilz-Pot-Pie, von Brasato bis Wild-Lasagne. Auch köstliche Brote und süße Crumbles sind dabei. Sie können das Heft unter essen-und-trinken.de/sonderhefte bestellen oder für 8,90 Euro im Handel kaufen.

ABONNENTEN-SERVICE

Wenn Sie Fragen zu Ihrem Abonnement haben, melden Sie sich gern bei unserem Kundenservice.

Sie erreichen das Team montags bis freitags von 8–20 Uhr und samstags von 8–13 Uhr.

Tel. 02501/801 43 79

E-Mail service@DMMVerlag.de

Adresse »essen&trinken«, Kundenservice,
48084 Münster

Der Service umfasst beispielsweise:

- Änderung der Adresse und Zahlungsdaten
- Lieferunterbrechung, wenn Sie in den Urlaub fahren
- Nachsendung der Hefte an den Urlaubsort

Ein Abo oder einzelne Ausgaben von
»essen&trinken« können Sie hier bestellen:
shop.essen-und-trinken.de

Abonnement-Preis, inkl. MwSt. und Versand:
Deutschland: Preis für zwölf Ausgaben »essen&trinken«
für zzt. 62,40 € (ggf. inkl. eines Sonderhefts zum Preis
von zzt. 5,20 €), Österreich: 69,60 €, Schweiz: 110,40 CHF



Asiatisch aufgefrischt

Mit Mayonnaise oder Essig, Gürkchen rein oder weglassen – über den perfekten Kartoffelsalat lässt sich streiten. Höchste Zeit, das Ganze mal neu zu denken, findet unser **Koch Maik Damerius**. Seine Variante überrascht mit knackiger Frische und japanischer Würze und ist ganz nebenbei noch vegan

Das sagt unser Koch:

„Bei der Grillparty oder am Weihnachtsabend: Kartoffelsalat kommt zu den unterschiedlichsten Anlässen auf den Tisch, und jeder hat so sein Lieblingsrezept. Ich bin in Ostwestfalen aufgewachsen, der Kartoffelsalat meiner Kindheit wurde typischerweise mit Mayonnaise angemacht. Ich mag aber auch die süddeutsche Version mit Brühe und Essig. Die lässt sich auch ganz unkompliziert vegan zubereiten: Dafür das Dressing nicht mit Fleischbrühe, sondern mit Gemüsebrühe anrühren. Um dem Klassiker zusätzlich einen neuen Dreh zu verleihen, habe ich asia-

tische Komponenten ergänzt: Zur Brühe kommt Koriandersaat, scharf gewürztes und knusprig frittiertes Reispapier ist das Topping. Da die Kartoffelbasis durchaus Frische und Farbe verträgt, dürfen auch roter Spitzkohl, Radieschen und Gartenkresse mit in die Schüssel. Schmeckt solo schon super – oder als Beilage, zum Beispiel zu Frikadellen. Das klappt auch vegan, wenn man statt Hackfleisch Hülsenfrüchte wie Kichererbsen oder Linsen verwendet. In unserer Rezeptdatenbank auf www.essen-und-trinken.de finden Sie unter dem Suchbegriff ‚vegane Frikadellen‘ raffinierte Ideen dazu.“

Kartoffelsalat mit rotem Spitzkohl

Die Marinade mit Senf und Koriandersaat verleiht dem Salat ordentlich Würze, Radieschen und roter Spitzkohl setzen hübsche Farbtupfer. Obendrauf knuspert frittiertes Reispapier. **Rezept Seite 110**





Foto Seite 109

Kartoffelsalat mit rotem Spitzkohl

* EINFACH, VEGAN

Für 4 Portionen

- 800 g festkochende Kartoffeln
 - Salz
 - 100 g Zwiebeln
 - 1 Knoblauchzehe
 - 4 El Olivenöl
 - 1 El Koriandersaat
 - 200 ml Gemüsebrühe
 - 1 El mittelscharfer Senf
 - 4 El Weißweinessig
 - Zucker • Pfeffer
 - 300 g roter Spitzkohl (ersatzweise grüner Spitzkohl)
 - ½ Bund Radieschen
 - 6 Stiele Koriandergrün
 - 300 ml Sonnenblumenöl zum Frittieren
 - 4 Blätter Reispapier (22 cm Ø; Asia-Laden)
 - 1 TL Shichimi Togarashi (japanische Gewürzmischung; Asia-Laden)
 - 1 Beet Gartenkresse
- Außerdem: Küchenthermometer

1. Kartoffeln in kochendem Salzwasser 20–25 Minuten offen garen. Inzwischen Zwiebeln und Knoblauch in feine Würfel schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen, Knoblauch- und Zwiebelwürfel mit Koriandersaat darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten farblos dünsten. Gemüsebrühe, Senf, Essig, 1 TL Zucker, Salz und Pfeffer zugeben, unter Rühren aufkochen und bei milder Hitze ca. 10 Minuten offen kochen lassen.

2. Gegarte Kartoffeln abgießen, gut abtropfen und lauwarm abkühlen lassen.

Kartoffeln pellen und in dünne Scheiben schneiden, in einer Schüssel mit der heißen Essigmarinade übergießen und ca. 2 Stunden bei Zimmertemperatur marinieren.

3. Spitzkohl putzen, äußere Blätter eventuell entfernen. Spitzkohl waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Kohlstreifen in einer Schüssel mit Salz und Zucker verkneten und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

4. Inzwischen Radieschen putzen, dabei etwas Grün stehen lassen. Radieschen waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben schneiden. Koriandergrün von den Stielen abzupfen. Spitzkohl, Radieschenscheiben und Koriander zu den marinierten Kartoffeln geben, locker untermischen, mit Salz und Pfeffer würzen und beiseitestellen.

5. Sonnenblumenöl in einem Topf auf ca. 170 Grad erhitzen (Thermometer verwenden!). Reispapierblätter darin nacheinander 10–20 Sekunden frittieren, herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Shichimi Togarashi und Salz würzen und grob zerbrechen. Kresse vom Beet schneiden. Kartoffelsalat auf Tellern anrichten, mit Kresse und etwas Reispapier bestreuen und servieren. Restliches Reispapier separat dazu servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Marinierzeit
2 Stunden

PRO PORTION 6 g E, 15 g F, 38 g KH =
336 kcal (1410 kJ)



Roter Spitzkohl unterscheidet sich nicht nur optisch von seinem grünen Bruder, sondern ist auch geschmacklich milder und hat feinere Blätter. Daher lässt er sich besonders gut roh essen, sollte aber dennoch vorher gut mit Salz und Zucker geknetet werden.



Shichimi Togarashi ist eine japanische Gewürzmischung, die unter anderem Chili, Orangenschale und Algen enthält und so eine spannende Balance zwischen scharf, süß und umami schafft. In Japan toppt man damit fast alles: Suppen, Reisgerichte, Gemüse.



Reispapier besteht aus Tapiokastärke und Reismehl und ist ein Allrounder in der Asia-Küche, schließlich lässt es sich auf unterschiedlichste Arten füllen und formen. Da es selbst recht geschmacksneutral ist, verträgt es kräftige Würze.

Erkenntnisse aus der Küche

An dieser Stelle verraten wir Ihnen jeden Monat kleine Kniffe, die den Alltag erleichtern – beim Kochen und Backen, aber auch beim Putzen und Spülen



Plätzchen ohne Putzen

Backen macht glücklich, die Küche schrubbten eher nicht. Wer beim Ausrollen vom Mürbeteig klebrige Reste auf Arbeitsplatte und Rollholz vermeiden möchte, greift zu Backpapier: Den Teig einfach zwischen zwei Lagen legen und ausrollen. So lässt sich der Teig anschließend auch mithilfe des Papiers einfach in die Backform heben.

SAUBERE SACHE

In Spülschwämmen, -tüchern und -bürsten tummeln sich schon nach kurzer Zeit eine Menge Keime. Experten empfehlen, sie bereits nach zwei Tagen auszutauschen. Das heißt aber nicht, dass Sie ständig neue Utensilien kaufen müssen. Vielmehr ist die richtige Reinigung wichtig, und die ist gar nicht aufwendig: Spülbürsten aus Kunststoff, Schwämme und Lappen können zusammen mit Geschirr in die Spülmaschine gegeben werden. Wichtig: danach gut trocknen lassen. Alternativ Textilien bei der nächsten 60-Grad-Wäsche mit in die Maschine legen.

Sparsam schälen

Als Tee heizt er uns ordentlich ein, auch Suppen und Currys verleiht er Schärfe, außerdem ist er supergesund: In der kalten Jahreszeit würden wir am liebsten alles mit Ingwer verfeinern – wenn das lästige Schälen nicht wäre. Die zahlreichen Hubbel und Knubbel machen dem Sparschäler zu schaffen, das Messer erwischt zu viel vom kostbaren Inneren. Viel besser klappt es dagegen mit einem Teelöffel: Mit der Kante von oben nach unten über den Ingwer fahren und so die Schale abschaben.



JONAS MORGENTHALER
»e&t«-Redakteur



TOPF STATT TONNE

„Gemüseschalen, holzige Enden, schlappes Grünzeug: Was nach dem Kochen im Biomüll landet, trägt noch Geschmack in sich – und ist eine gute und günstige Basis für selbst gemachte Fonds. Wenn Sie die Reste über längere Zeit sammeln und einfrieren, können Sie gleich größere Mengen zubereiten. Vermeiden Sie dabei Gemüse, das schnell bitter wird, z.B. Kohl. Hier mein Rezept für Reste-Fond: Gemüseabschnitte und -schalen im Topf mit Wasser bedecken, aufkochen und für mindestens 1 Stunde bei milder Hitze leise kochen. Durch ein Sieb in einen Topf gießen, Sud bei mittlerer Hitze mindestens 20 Minuten einkochen und nach Geschmack würzen. In saubere Schraubgläser füllen und abkühlen lassen. Im Kühlschrank gelagert, hält sich der Fond mindestens 1 Woche.“

Geschüttelt, nicht gerührt

Salat-Fans wissen: Das Dressing macht den Unterschied, und Experimentieren lohnt sich. Damit aus verschiedenen Zutaten wie Senf, Schmand und frischen Kräutern unkompliziert eine homogene Sauce wird, alles in ein sauberes Schraubglas geben, gut verschließen und kräftig schütteln.

HEUTE FÜR MORGEN

*Die
Zukunft ist
nachhaltig*

Malte Herbst und
Laura Hutter haben
ein Herz für gute
Gastronomie –
beruflich wie privat

Nie mehr leere Tische

Die Lage in den Restaurants ist angespannt: „No-Shows“ und gebremstes Ausgehverhalten machen Wirtinnen und Wirten das Leben schwer. Malte Herbst und Laura Hutter wollen Gast und Gastronomie wieder zusammenbringen – mithilfe der App „HiddenTable“

»e&t«: Was können Menschen, die gern gut essen gehen, von eurer App „HiddenTable“ erwarten?

Malte Herbst: Gäste finden bei uns kurzfristig freie Tische in gehobenen Restaurants, also von Casual Fine Dining bis hin zur Sterne-Gastronomie. Diese Tische können sie dann mit einem vergünstigten Kennenlern-Menü buchen und damit zu sehr ansprechenden Konditionen reinschnuppern.

Und wie profitieren die teilnehmenden Restaurants?

Herbst: Indem sie sehr gezielt ihre freien Restplätze anbieten können. Gerade die weniger beliebten Zeiten unter der Woche können dadurch attraktiver gestaltet werden. Statt leerer Tische erreicht man potenziell neue Kunden. Laura Hutter: Wir unterstützen die Restaurants damit auch bei der Vermarktung. Viele Gastronomen haben gar nicht die Kapazitäten, sich neben

dem Tagesgeschäft um ein zielgruppen-gerechtes Marketing zu kümmern.

Habt ihr auch eine Antwort auf No-Shows, also Gäste, die reservieren und dann nicht erscheinen?

Herbst: Unsere Kennenlern-Menüs haben keine Stornierungsoption. Sind sie einmal gebucht, geht das Geld ohne No-Show-Risiko an das Restaurant. Für die Gäste ist das in der Regel auch kein Problem, da die Tische sehr kurzfristig gebucht werden, zum Beispiel am Mittag für den Abend. Für ihre feste Zusage erhalten Gäste einen hohen Rabatt – Win-win für alle!

Die in der App gelisteten Restaurants bewegen sich auf sehr hohem Niveau.

Wie geht ihr bei der Auswahl vor?

Hutter: Auszeichnungen wie vom Guide Michelin oder Gault Millau geben eine Orientierung, sind aber nicht alles. Wir wollen in erster Linie Restaurants mit großer Leidenschaft, Qualität und hohem Anspruch ans Handwerk. Dafür sprechen wir immer persönlich mit den Inhaberinnen und Inhabern. Wenn wir das Angebot nicht schon kennen, schauen wir natürlich auch selbst mal zum Essen vorbei.

Ihr seid mit eurem Angebot in Hamburg gestartet, und das Feedback ist bislang sehr positiv. Bewerben sich inzwischen auch Restaurants?

Hutter: Ja, wir mussten auch schon Absagen schreiben. Wir sind gerade in einer echten Luxuslage und können ruhig und organisch wachsen, ohne unsere Werte aus dem Blick zu verlieren. Man kann sich nicht „einkaufen“.

Wie finanziert sich die App?

Herbst: Hauptsächlich durch eine Provision, die von den Restaurants bei jeder Buchung für die erfolgreiche Vermittlung bezahlt wird.

Seid ihr seitens der Gastronomie auch auf Skepsis gestoßen?

Herbst: Rabatte sind in der gehobenen Gastronomie nicht gern gesehen, deshalb findet man in der App auch keine „-30 %“-Banner oder Ähnliches. Unsere Kennenlern-Menüs sind von den Gastronomen gestaltete Angebote ohne No-Show-Risiko – die meisten haben das Potenzial sehr schnell erkannt.

In welchen Städten wollt ihr als Nächstes launchen?

Hutter: Im ersten Quartal 2025 wollen wir in München starten. Es laufen auch schon Planungen für Düsseldorf und Wien, dann sehen wir weiter.

PERSONEN & PROJEKT

LAURA HUTTER arbeitet seit über 15 Jahren in vielen Bereichen rund um die Gastronomie, vom Service über die Geschäftsleitung einer Empfehlungsplattform bis hin zum Marketing. **MALTE HERBST** hatte früh den Kontakt zur Branche über das Unternehmen seiner Familie, das sich um Lohnabrechnung und Personalmanagement insbesondere in der Spitzengastronomie kümmert. Gemeinsam gründeten sie die Plattform „HiddenTable“, die im September 2024 für die Stadt Hamburg an den Start ging. Über die zugehörige App können potenzielle Gäste kurzfristig vergünstigte Kennenlern-Menüs in gehobenen Restaurants buchen.

„Durch die Vermeidung von No-Shows helfen wir aktiv dabei, Warenüberschüsse zu verhindern und nachhaltiger zu wirtschaften.“

Malte Herbst

Serie


FOLGE 5:
SAUERKRAUT

Kulinarische Fertigkeiten

Wenn es schnell gehen soll, sind Konserven ungemein praktisch. Hier zeigen wir Ihnen, dass sich damit durchaus Köstliches zubereiten lässt

SAURES SUPERFOOD

Wird der fermentierte Weißkohl pasteurisiert, stoppt der Fermentationsprozess und das Kraut wird nicht mehr saurer, sondern ganz ohne Konservierungsmittel noch haltbarer. So oder so liefert es reichlich Ballaststoffe für eine gesunde Darmflora, Vitamin C, das unser Immunsystem schützt, und Vitamin B12 für die Blutbildung und den Zellaufbau



Macht schön satt und ist gesund: Salat mit Trauben, Walnüssen und saftig gegartem Lachsfilet

Sauerkraut-Radicchio-Salat

* EINFACH, LOW CARB, SCHNELL

Für 2 Portionen

- 3 El Apfelessig
- Salz • Pfeffer
- 4 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 4 El Vollmilchjoghurt
- 1 TI Honig
- 1 Radicchio
- 1 Dose 3-Minuten-Sauerkraut (425 g Füllmenge)
- 2 Frühlingszwiebeln
- 150 g blaue kernlose Trauben
- 2 Stücke Lachsfilet (à 150 g)
- 30 g Walnusskerne

1. Essig mit etwas Salz, Pfeffer, 2 El Öl, Joghurt und Honig in einer großen Schüssel verrühren.

2. Radicchio putzen, waschen und in Streifen schneiden. Sauerkraut in einem Sieb unter fließend kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in Ringe schneiden. Trauben waschen und halbieren. Zutaten unter das Dressing mischen und 10 Minuten ziehen lassen.

3. Restliches Öl (2 El) in einer Pfanne erhitzen, Lachs salzen und pfeffern und im heißen Öl bei starker Hitze von einer Seite 1 Minute anbraten. Lachs wenden, bei milder Hitze von der zweiten Seite 3–4 Minuten gar ziehen lassen und grob zerpfeifen. Walnüsse grob hacken. Salat abschmecken, mit dem Lachs anrichten und mit Nüssen bestreut servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

PRO PORTION 38 g E, 50 g F, 19 g KH = 712 kcal (2979 kJ)

Sauerkraut-Hack-Crespelle

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4–6 Portionen

- 4 Eier (Kl. M)
- 450 ml Milch • Salz
- 200 g Weizenmehl (Type 405)
- 1 Zwiebel
- 1 Dose mildes Sauerkraut (520 g Füllmenge)
- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 5–6 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 1 El Tomatenmark
- 1 Tl edelsüßes Paprikapulver
- 1 Tl getrockneter Oregano
- Pfeffer
- 400 g passierte Tomaten
- 250 g Crème fraîche
- 175 g geriebener Gouda

1. Eier, 300 ml Milch und 1 Prise Salz verquirlen. Mehl nach und nach gut unterrühren und den Teig 15 Minuten quellen lassen.

2. Zwiebel fein würfeln. Sauerkraut kalt abspülen und gut abtropfen lassen. Hack in 2 El heißem Öl krümelig und braun anbraten. Zwiebeln und Sauerkraut zugeben und weitere 3 Minuten braten. Tomatenmark, Paprikapulver, Oregano, etwas Salz und Pfeffer zugeben und kurz anrösten. Passierte Tomaten zugeben, aufkochen und offen ca. 10 Minuten köcheln, bis die Flüssigkeit ca. zur Hälfte verdampft ist. Sauerkraut abschmecken.

3. 1 Tl Öl in einer beschichteten Pfanne (24 cm Ø) erhitzen. Etwas Teig in die Pfanne geben, durch Schräghalten dünn verlaufen lassen und zu einem goldgelben Pfannkuchen backen. Restlichen Teig zu weiteren 8–10 Pfannkuchen backen.

4. Pfannkuchen mit Hack-Sauerkraut-Masse belegen, aufrollen. Die Röllchen dicht an dicht in eine ofenfeste Form (30x20 cm) setzen. Crème fraîche, 150 ml Milch und 100 g Käse verquirlen, mit etwas Pfeffer und Salz würzen und über den Pfannkuchen verteilen. Mit restlichem Käse (75 g) bestreuen und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 25–30 Minuten goldbraun backen. Kurz ruhen lassen, dann servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:10 Stunden

PRO PORTION (bei 6) 34 g E, 40 g F, 32 g KH = 645 kcal (2710 kJ)



Schön herzhaft: mit Hack gefüllte Pfannkuchen-Röllchen unter goldener Käsekruste



Szegediner Kasseler

* EINFACH, GLUTENFREI

Für 4 Portionen

- 1 Zwiebel
- 1 rote Paprikaschote
- 1 Dose Weinsauerkraut (580 g Füllmenge)
- 1 kg Kasselerücken (ausgelöst)
- 3 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- Pfeffer
- 2 El Tomatenmark
- 1 El Zucker
- 400 ml Gemüsebrühe
- Salz
- 2 El gehackte Petersilie

1. Zwiebel fein würfeln. Paprika waschen, putzen, vierteln, entkernen und fein würfeln. Sauerkraut in einem Sieb kalt abspülen und gut abtropfen lassen.

2. Kasseler in einem Bräter im heißen Öl rundum anbraten, pfeffern und herausnehmen. Zwiebeln und Paprika im Bratfett 2–3 Minuten anbraten. Sauerkraut zugeben, weitere 3–4 Minuten anrösten. Tomatenmark und Zucker zugeben, ebenfalls kurz anrösten. Mit Brühe ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Kasseler auf das Kraut setzen und zugedeckt im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft 160 Grad) auf der mittleren Schiene 30 Minuten garen. Kraut evtl. nachwürzen und mit dem Kasseler anrichten. Mit Petersilie bestreut servieren. Dazu passt Kartoffelpüree.

ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

PRO PORTION 49 g E, 19 g F, 11 g KH = 429 kcal (1799 kJ)



Einfach gut: Das Fleisch gart auf tomatisiertem Paprikakraut schön saftig. Dazu servieren wir Kartoffelpüree

Guter Geschmack im Abo

**Wir entwickeln unsere
Rezepte exklusiv für Sie.**

Spargel im Frühjahr, Grillen im Sommer, Plätzchen im Advent, uns fällt jede Saison wieder etwas Neues ein.

**Auch zum
Verschenken**



Ihre Vorteile

Frisch auf den Tisch:

Jede Ausgabe portofrei
direkt nach Hause

Inspiration für jeden Anlass:

Neue Rezepte, gelingsicher
und nur für Sie entwickelt

Zahlt sich aus:

12 Hefte + Gratis-Prämie
für 62,40 €

Bodum CHAMBORD 1 L:
Diese schöne Teekanne steht für aromatischen Tee genuss und edles Design. Im geräumigen Edelstahlfilter können sich die losen Teeblätter zum vollen Aroma entfalten.



**Gratis
Prämie zur
Wahl!**



20 € Douglas Gutschein:
Verwöhnen Sie sich mit einem Kosmetik-Produkt Ihrer Wahl. Der Gutschein kann in allen Douglas Filialen in Deutschland und auf www.douglas.de eingelöst werden.



Einmachset in Geschenkbox:
Ideal für selbst gemachte Marmeladen und Saucen. Mit verschließbaren Gläsern, Dekostoffen, Bändern und personalisierbaren Etikettvordrucken.

Weitere Prämien finden Sie online unter: www.essen-und-trinken.de/aboangebot

Ja, ich freue mich auf die Vorteile von »essen & trinken«

Ich lese oder verschenke 12 Ausgaben für 62,40 €.
Als Dankeschön erhalte ich eine Wunschprämie meiner Wahl.

Jetzt bestellen!

 www.essen-und-trinken.de/aboangebot

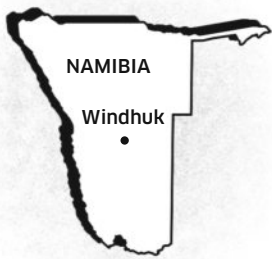
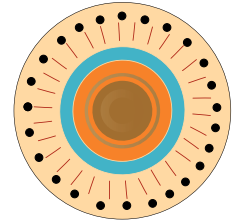
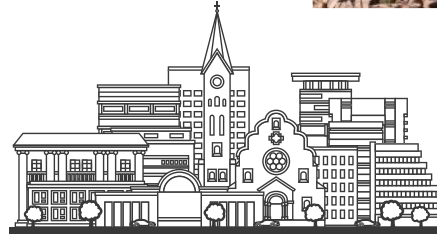
 **0 25 01/8 01 43 79**



Bitte Bestellnummer angeben: 0260024 (selbst lesen)
20626027 (verschenken)



1 Luxushügel: Windhuks teuerstes Viertel mit Blick auf das Khomashochland
2 Kolonialerbe: Windhuks Christuskirche entstand 1907–10 nach Entwürfen des deutschstämmigen Ingenieurs Gottlieb Redecker

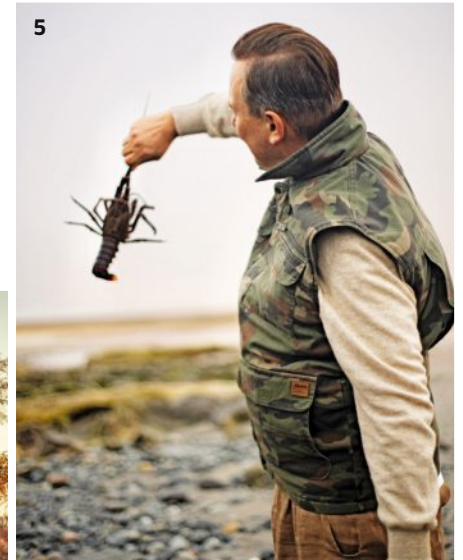


Tim Raue in Namibia

Für das TV-Format „Herr Raue reist!“ besucht der Sterne-Koch Food-Metropolen in aller Welt. Wir zeigen Impressionen aus der Serie und liefern das passende Rezept. Im **19. Teil** begibt sich Tim auf Safari, begleitet Locals beim Langusten-Tauchen, kostet Springbock und Eembe-Beeren und geht einer sehr speziellen Apfeltarte auf den Grund



3 Auf Safari: Aus sicherer Distanz betrachtet der Sterne-Koch natürliches Fressen-und-geessen-Werden **4** In der Savanne: Der Etosha National Park bietet heimischen Arten wie Elefanten, Springböcken, Löwen, Giraffen oder Nashörnern Lebensraum **5** Aus dem Atlantik: Die Küste vor Swakopmund eignet sich zum Langusten-Fangen





Heimisch und deftig: namibische Miesmuscheln à la crème mit Alge, Speckcroûtons und frischem Kerbel. **Rezept Seite 122**

1 Baumbestand: Köcherbäume wachsen nur in den Halbwüsten Namibias und Südafrikas 2 Oryx-Antilope mit gehobeltem Squashy-Kürbis und Mielie-Pap-Maisbrei als Würdigung der Nama, Namibias größtem indigenen Volk, des Grünlands und der Wüste



3 Townshipfood: In Mondesa, einem Stadtteil von Swakopmund, wird Gegrilltes, Suppe und Fat Cake, in Fett ausgebackene Brötchen mit Innereien, am Straßenstand verkauft



Foto Seite 121

Miesmuscheln à la crème mit Speck-Croûtons

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 4 Portionen

RAHMSAUCE UND MUSCHELN

- 1 Stange Staudensellerie
- 60 g Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 140 g Butter (kalt)
- 1 TI weiße Pfefferkörner
- 1 TI Rosa Beeren
- 4 Lorbeerblätter
- 1 TI Anissamen
- 200 ml Wermut (Noilly Prat)
- 200 ml trockener Weißwein
- 300 ml Schlagsahne
- 300 ml Hühnerbrühe
- weißer Pfeffer

- Salz
- 1 kg Miesmuscheln
- 20 ml Zitronenöl
- 6 Stiele Kerbel
- 30 g gesalzene Nori-Algenchips (Asia-Laden)
- 1 Bio-Limette

CROÛTONS

- 60 g geräucherter Speck (am Stück)
- 100 g Brioche
- 20 g Butter
- weißer Pfeffer

1. Für die Rahmsauce Staudensellerie putzen, waschen, trocken tupfen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Schalotten und Knoblauch in grobe Würfel schneiden. 40 g Butter in einem Topf zerlassen. Das Gemüse darin bei mittlerer Hitze ca. 2 Minuten unter Rühren dünsten. Weiße Pfefferkörner, Rosa Beeren, Lorbeerblätter und Anissamen zugeben und kurz mitdünsten.

2. Mit Wermut und Weißwein ablöschen, auf die Hälfte einkochen lassen. Mit Sahne und Hühnerbrühe auffüllen, aufkochen, offen bei mittlerer Hitze 15–20 Minuten kochen lassen.

3. Für die Croûtons inzwischen Speck und Brioche in ca. 5 mm große Würfel schneiden. Eine beschichtete Pfanne erhitzen und die Speckwürfel darin bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren 3–4 Minuten braten. Butter und Brioche-Würfel zugeben und weitere 3–4 Minuten braten, bis der Speck und die Brioche-Würfel goldbraun und knusprig sind. Mit weißem Pfeffer würzen, aus der Pfanne nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4. Rahmsauce durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf gießen, das Gemüse dabei nur leicht durchdrücken. Restliche Butter (100 g) in 1 cm große Würfel schneiden. Sauce erhitzen, Butter nach und nach mit einem Schneebesen in die Rahmsauce einrühren. Sauce mit weißem Pfeffer und Salz würzen und beiseitestellen.

5. Inzwischen Muscheln putzen, offene oder beschädigte Muscheln wegwerfen. Muscheln ca. 30 Minuten in einer großen Schüssel in kaltem Wasser wässern. Muscheln in einem Sieb gut abtropfen lassen. Zitronenöl in einem breiten Topf erhitzen, Muscheln zugeben und bei starker Hitze unter Rühren kurz dünsten. 150–200 ml Wasser zugießen und die Muscheln zugedeckt 3 Minuten kochen, bis sich alle Muscheln geöffnet haben (geschlossene Muscheln aussortieren und wegwerfen). Vorbereitete Rahmsauce zugießen, aufkochen und die Muscheln bei milder bis mittlerer Hitze weitere ca. 2 Minuten garen.

6. Kerbelblätter von den Stielen abzupfen. Algenchips in grobe Stücke brechen. Limette heiß abwaschen, trocken reiben, Limettenschale fein abreiben. Limette halbieren und den Saft auspressen. Muscheln mit Limettensaft, wenig weißem Pfeffer und Salz würzen.

7. In vorgewärmten tiefen Tellern anrichten. Mit Speck-Croûtons, Algenchips, Kerbel und Limettenschale servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:30 Stunden plus Zeit zum Wässern 30 Minuten
PRO PORTION 15 g E, 72 g F, 26 g KH = 855 kcal (3585 kJ)

Herr Raue reist! So schmeckt die Welt

Für das MagentaTV-Original „Herr Raue reist! So schmeckt die Welt“ geht der Zwei-Sterne-Koch weltweit auf kulinarische Entdeckungsreise. Alle Folgen sind im Streaming bei MagentaTV zu sehen – im Wechsel mit „Tim Raue isst!“, dem neuen MagentaTV-Original, das den Berliner Spitzenkoch auf seinen Genussreisen durch Deutschland begleitet.

FOTO: Genna Roland/Hurtigruten Expeditions

BUCHEN UNTER
040 797 691 88*
 STICHWORT „ESSEN UND TRINKEN LESERREISE“
 MO.-FR.: 8.30-20 UHR, SA.: 9-18.30 UHR, SO.: 10-18.30 UHR

Exklusiv
 für Sie als Leser:
100€**
 BORDGUTHABEN
 pro Person



Entdecken Sie den Sommer in der Arktis!

Mit dem Expeditionsschiff Spitzbergen umrunden - diesen Traum sollten Sie sich in der warmen Jahreszeit erfüllen.
 Keine Sorge, frieren müssen Sie nicht

Lange und helle Nächte sind typisch für den arktischen Sommer auf Spitzbergen, der Heimat von Eisbären, Polarfüchsen und Walrossen. Und auch wenn die Einwohner diese Region der norwegischen Arktis „Svalbard“ – auf Deutsch „kühle Küste“ – nennen, sorgt der Golfstrom dafür, dass auf den 400 Inseln des Archipels ein mildes Klima herrscht und es in der faszinierenden Gletscherlandschaft sogar unterschiedliche Jahreszeiten gibt. Die Pflanzen- und Tierwelt im Sommer wird Sie begeistern, wenn Sie mit HX Hurtigruten Expeditions eine zweiwöchige Seereise rund um Spitzbergen machen, das auf halbem Weg zwischen dem norwegischen Festland und dem Nordpol liegt. Dabei stehen die Chancen gut, einem Eisbären in seinem natürlichen Lebensraum zu begegnen. Ein wirklich unvergessliches Erlebnis! Da das Schiff Spitzbergen relativ klein ist, kommt es weit in die Schären hinein. Trotzdem bietet es alle Annehmlichkeiten, die Sie sich im Urlaub wünschen. Damit Sie die Orte und die Landschaft wirklich kennenlernen können, beinhaltet Ihr Aben-

teuerpaket einen Landausflug pro Tag. Das kann eine Erkundungsfahrt im Expeditionsboot, eine Wanderung oder eine Anlandung mit dem Expeditionsteam sein, das während der gesamten Reise Ihr Gastgeber ist. An diese Expedition werden Sie sich gern erinnern!



FOTO: Shutterstock

5 GRÜNDE FÜR EINE REISE MIT HX HURTIGRUTEN EXPEDITIONS

- Mit Hurtigruten Expeditions reisen Sie nachhaltig.
- Auf Ihren Reisen mit Hurtigruten Expeditions ist alles inbegriffen – von täglichen Ausflügen und Aktivitäten über freien Zugang zum bordeigenen Science Center bis hin zu Mahlzeiten, Trinkgeldern, Getränken und vielem mehr.
- Deutschsprachiges Expeditionsteam an Bord.
- Ihr Zuhause auf See hat 90 komfortable Kabinen.
- Mit über 128 Jahren Seefahrterfahrung ist Hurtigruten Expeditions der Experte für Kreuzfahrten in polarem Gewässer.

An Bord von **MS Spitzbergen** ist Platz für 220 Gäste. Die Kabinen sind komfortabel ausgestattet und im Restaurant Aune werden hervorragende Speisen serviert. Es gibt eine Panorama-Sauna, zwei Whirlpools, einen Fitnessraum und Aussichtsdecks

FOTO: Genna Roland/Hurtigruten Expeditions



REISETERMIN:

07.07.2025,

PREIS: AB 11.226 € P. P.**
IN EINER INNENKABINE

DAS IST ALLES INKLUSIVE

- Flug in der Economy-Class ab/bis Deutschland inkl. Transfers
- Seereise in der gebuchten Kabinenkategorie
- Vollpension inkl. Getränke während der Mahlzeiten und an der Bar
- Expeditionsteam mit Expertenwissen in unterschiedlichen Fachrichtungen
- Fahrten zu abgelegenen Orten und Anlandungen mit Expeditionsbooten
- Umfangreiches Aktivitätenprogramm an Bord
- Tägliche Vorträge und Workshops rund um die Natur, Geschichte und Kultur Ihres Reiseziels
- Kostenloses WLAN an Bord***
- Kostenfreier Zugang zu Sauna, Whirlpools und Fitnessraum
- Expeditions Kit: nachfüllbare Trinkflasche und Expeditionsjacke
- Professionelle Fotos Ihrer Reise vom Bordfotografen
- Trinkgelder

REISEVERLAUF

- Tag 1:** Flug von Deutschland über Oslo nach Longyearbyen und Hotelübernachtung
- Tag 2:** Longyearbyen/Einschiffung
- Tag 3:** Ny-Ålesund
- Tag 4 und 5:** Nationalpark Nordwest-Spitzbergen
- Tag 6 und 7:** Fahrt entlang der Eiskante
- Tag 8 bis 11:** Erkundung Ost-Spitzbergens
- Tag 12 und 13:** Hornsund und Bellsund
- Tag 14:** Longyearbyen, Flug über Oslo nach Deutschland

Mehr Informationen unter:
travelhx.com/de

HX HURTIGRUTEN EXPEDITIONS

* Innerdeutscher Fernverkehrszuschuss, Kissen je nach Verzehrsanbieter. Modell deutlich kleiner. ** Spezialpreis, limitiertes Kontingent. 100 € Bordguthaben pro Person bei Doppelbelegung der Kabine. Preise in € pro Person. Nur buchbar bis 20.01.2025. • Alle geplanten Anlandungen und Erkundungstouren sind abhängig von Wetter- und Eisbedingungen. • Änderungen vorbehalten. • *** In abgelegenen Gebieten begrenzte Verfügbarkeit. Kein Streaming.

Majestätischer Mix

Frucht, Frische und Bubbles – das sind die Säulen des klassischen „Prince of Wales“. Um die *britishness* des royalen Champagner-Cocktails zu unterstreichen, gibt es feine Gurken-Sandwiches dazu

Prince of Wales

★ EINFACH, SCHNELL

Für 1 Glas

- 2 cl Cognac (oder Brandy) • 1 cl Cointreau
- 2 kleine Stücke Ananas (30 g)
- 1 Spritzer Angostura-Bitters • Eiswürfel
- Champagner zum Auffüllen (60 ml)

1. Cognac, Cointreau, ein Stück Ananas und Angostura-Bitters mit 4–5 Eiswürfeln in einen Shaker geben und ca. 10 Sekunden kräftig shaken. In eine Cocktailschale abseihen, mit Champagner aufgießen. Mit dem zweiten Stück Ananas garnieren und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 5 Minuten

PRO GLAS 0 g E, 0 g F, 6 g KH = 121 kcal (508 kJ)

Gurken-Sandwiches

★ EINFACH, SCHNELL, VEGETARISCH

Für 8 Stücke

- 200 g Bio-Salatgurke • Salz
- ½ Beet Gartenkresse • 150 g Frischkäse
- Pfeffer • 1 El Zitronenöl
- 4 Scheiben Brioche (ersatzweise Sandwichbrot)

1. Gurken waschen, trocken tupfen, halbieren und der Länge nach in feine Scheiben hobeln. Gurkenscheiben leicht salzen. Kresse vom Beet schneiden und in einer Schüssel mit Frischkäse, Salz, Pfeffer und Zitronenöl verrühren.

2. Brioche-Scheiben auf je einer Seite mit dem Frischkäse bestreichen. Gurkenscheiben auf 2 Brotscheiben überlappend aufeinanderlegen. Restliche beiden Brotscheiben mit der bestrichenen Seite darauflegen, leicht andrücken. Die Ränder gleichmäßig dünn abschneiden. Sandwiches vierteln und mit dem Cocktail servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten

PRO STÜCK 3 g E, 9 g F, 8 g KH = 132 kcal (550 kJ)

Bei anderen Varianten des Drinks kommen Madeira, Rye Whiskey oder Maraschino zum Einsatz – der Champagner ist jedoch nicht verhandelbar



BENEDIKT ERNST »e&t«-Redakteur

Bens Beste

Um das Jahr würdig zu verabschieden, hebt unser Getränke-Redakteur noch fünfmal sein Schaumweinglas – mit alkoholfreiem Welschriesling, Sekt aus Deutschland und Südtirol, Lambrusco von Format und natürlich Champagner



AUF DEN NÄCHSTEN TAG

Ein Kater lässt sich beim alkoholfreien „The Zero“ ausschließen. Auf die knackig-frischen Kernobstnoten des zugrunde liegenden Welschrieslings wird aber nicht verzichtet. 15,90 Euro, über www.alpdrinks.at

AUF DIE TROCKENE ART

Weder plump noch pappsüß: Der trockene Lambrusco „Rubino del Cerro“ von Venturini Baldini ist ein toller Speisenbegleiter mit Zug, Würze und viel dunkler Frucht. 9,90 Euro, über www.vinoterra.de

AUF KALK GEWACHSEN

Südtirol kann Sekt: Mit dem „Praelclarus“ setzt die Kellerei St. Pauls ihre Chardonnay-Lagen auf Kalkböden in Szene. Präzise, gelbfruchtig und mit nussigen Reifnoten. 23 Euro, über www.suedtirolgenuss.de

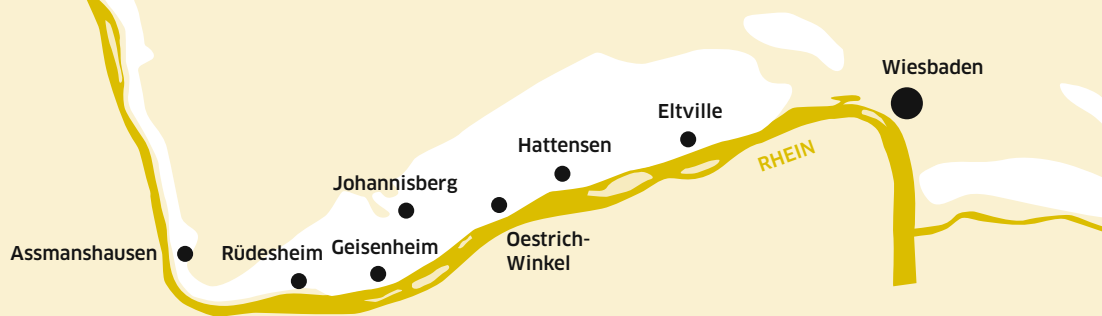
AUF ZU NEUEN UFFERN

Für den Karthäuserhof brut holte sich das Weingut von der Ruwer Schaumweinkönig Mathieu Kaufmann ins Boot. Das Resultat: Ein Highlight aus Riesling und Weißburgunder mit feinen Noten von Kräutern und Brioche. 34 Euro, über www.gute-weine.de

AUF 150 JAHRE TRADITION

Für die Jubiläums-Cuvée „Apanage 1874“ schöpft das Haus Pommery aus dem Vollen: Grundweine aus den Top-Jahrgängen 2018, 2015 und 2012 verleihen dem Champagner viel Komplexität und strahlende Brillanz. 71,63 Euro, über www.vinatis.de

Neue Serie
1. Folge



Rheingau

Guter Wein lebt immer von seiner Herkunft. In unserer neuen Serie liefern wir handliches Küchentisch-Wissen zu den besten Weinregionen der Welt – und starten am Rhein



LEGENDÄRE WEINGÜTER

Wer in den Rheingau fährt, findet ikonische Weingüter in großer Dichte. So blickt das alte Benediktinerkloster Schloss Johannisberg auf über 1200 Jahre Weinbau zurück und ist ebenso einen Besuch wert wie das Kloster Eberbach, einst Heimatstätte eines Zisterzienserordens, heute ein hochklassiges Weingut mit beeindruckendem Lagenportfolio. Weltlicher, aber nicht weniger ikonisch ist das Weingut Robert Weil in Kiedrich, dessen Name national wie international für Rheingauer Riesling steht.

KURZ & KNAPP

Kloster Eberbach
Schloss Johannisberg
Robert Weil

WICHTIGE WEINORTE

Mit nur 3200 Hektar zählt der Rheingau zu den kleinsten, aber auch zu den renommiertesten Weinregionen Deutschlands, was sich wiederum im Tourismus widerspiegelt. Gerade in der Rüdesheimer Drosselgasse kann es schon mal enger werden. Pittoreske Fachwerk-Idylle, Weingastronomie und Weingüter finden sich aber auch in Oestrich-Winkel, Eltville oder Hattenheim. Einen besonderen Status genießt Geisenheim als Standort der renommierten Wein-Universität – eine der weltweiten Top-Ausbildungsstätten für die gesamte Wein-Branche, an der sich so manches Winzerpaar kennengelernt hat.

KURZ & KNAPP

Rüdesheim, Oestrich-Winkel,
Geisenheim, Eltville, Hattenheim,
Assmannshausen, Johannisberg

KLIMA & TERROIR

In der Weinwelt gilt der Rheingau als klassisches Beispiel für Cool-Climate-Weinbau. Geschützt von den hohen Lagen des Taunus, herrschen gerade für die zahlreichen Steillagen in südsüdwestlicher Ausrichtung perfekte Bedingungen für spät reifende Rebsorten wie Riesling und Spätburgunder. Die Bodenstruktur ist vielfältig: Besonders die Schiefer- und Quarzitböden drücken sich in Form von mineralischer Würze und präziser Frucht in den Weinen aus.

KURZ & KNAPP

Eher kühles Klima, geschützt vom Taunus; Schiefer-, Quarzit- und Lössböden

DIE REBSORTEN

Über 75 Prozent der Rebfläche im Rheingau ist mit Riesling bestockt. Das besondere Terroir eignet sich perfekt, um die Rebsorte zum Strahlen zu bringen. Im besten Fall ist Rheingau-Riesling im Stande, eine klare Frucht mit feiner Mineralität zu verbinden. Gute Produzenten verstehen es, die rebsortentypische Säure einzubinden, ob in trockenere wie auch in süßen Ausbaustilen. Immer begehrter werden die Spätburgunder der Region, insbesondere aus Assmannshausen. Das kühle Klima erschwert den Anbau, sorgt aber in guten Jahrgängen für eine herrliche Finesse.

KURZ & KNAPP

Riesling & Spätburgunder

SPEISEN & SPEZIALITÄTEN

Große Weine fühlen sich nicht selten an der Seite von einfachen Speisen wohl – auch im Rheingau: Würzige, als Zopf geflochtene Roggenbrötchen namens „Wingertsknorze“, gern mit Speck und Röstzwiebeln gebacken, harmonieren wunderbar mit frischen Weinen wie Riesling oder Spätburgunder. Die Brotzeit wird komplettiert vom „Spundekäs“, einer Frischkäsemischung, über deren Zusammensetzung sich vorzüglich streiten lässt. Frischkäse, Quark, Butter und Paprikapulver kommen in der Regel zum Einsatz, manchmal auch Schmand oder sogar Eigelb. Verfeinert wird mit Zwiebeln, Knoblauch, frischer Paprika oder Senf.

KURZ & KNAPP

Wingertsknorze & Spundekäs

WEINTIPPS

Theresa Breuers „Berg Schlossberg“ ist nicht nur ein Spitzenreiter der Region, er zählt mit seinem einzigartigen Lagencharakter zu den großen Rieslingen der Welt. Einen erschwinglicheren Eindruck ins Rheingauer Terroir bietet der biodynamisch erzeugte Riesling „Quarzit“ von Peter Jakob Kühn, der mit kristallklarer Frucht und viel Länge punktet. In der Kategorie „jung und wild“ verbindet der Riesling „Hasensprung“ vom Weingut Dillmann mineralische Komplexität, Kraft und Trinkfreude.



Georg Breuer „Berg Schlossberg“;
179 Euro, über www.koelner-weinkeller.de



Peter Jakob Kühn „Quarzit“;
21 Euro, über www.gute-weine.de



Dillmann Riesling „Hasensprung“;
16 Euro, über shop.weingut-dillmann.de

Im Herzen süß

Unscheinbar ist der Kern des Mandelbaums. Mit seinem edlen Aroma aber schenkt er Süßspeisen seinen einzigartig feinen Geschmack. Knackig als Füllung oder luftig in der Mousse, im cremigen Eis oder in der Torte – fünf köstliche Ideen mit Mandeln



Mandel-Zitronen-Baklava

In aromatischer Gesellschaft mit Zitrone, Rosenwasser und Honig sind Mandeln die Basis für unsere Variante des knusprigen orientalischen Snacks. **Rezept Seite 133**



Mandel-Quitten-Tarte

Hier bietet sich eine edle Mandelcreme auf dünnem Mürbeteig als Bett für aromatische Quittenstückchen an. Herrlich, wie die mitgebackenen Mandelblättchen on top knuspern! Rezept Seite 133

Marzipan-Mousse mit Himbeer-Pfeffer-Sauce

Der Mousse gibt Marzipan mit Mandellikör
das gewisse Etwas, der fruchtigen Sauce grüner
Pfeffer. **Rezept Seite 134**





Torta Caprese

Aus dem Land, in dem eben nicht nur die Zitronen, sondern auch die Mandelbäume blühen. Einzigartig aromatisch-saftige Torte, die ganz ohne Mehl auskommt.
Rezept Seite 134

„Wertvolle Öle und feines Aroma von Mandeln sind sehr empfindlich. Deshalb möglichst in der Schale kaufen, frisch knacken, mahlen und zügig genießen.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



Foto Seite 129

Mandel-Zitronen-Baklava

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 24 Stücke

- 170 g Zucker
- 100 ml Zitronensaft (frisch gepresst)
- 400 g Mandeln mit Haut (davon nach Belieben 100 g Rauchmandeln)
- 50 g Marzipanrohmasse (gekühlt)
- 2 Eiweiß (Kl. M)
- 2 Tropfen Bittermandelaroma
- 150 g Butter plus etwas für die Form
- 500 g Yufka-Teigblätter (z. B. aus dem türkischen Lebensmittelmarkt)
- 3 Tl Rosenwasser
- 80 g Honig

Außerdem: Auflaufform (30 x 22 cm), Blitzhacker

1. Für den Zitronensirup 150 g Zucker, Zitronensaft und 50 ml Wasser in einen Topf geben, aufkochen und bei milder Hitze 2–3 Minuten kochen lassen. Zitronensirup abkühlen lassen.

2. Mandeln (und nach Belieben Rauchmandeln) in einem Blitzhacker mittel bis fein mahlen. Marzipan fein reiben. Eiweiß mit den Quirlen des Handrührers steif schlagen, dabei restlichen Zucker (20 g) einrieseln lassen und alles zu einem cremig-festen Eischnee schlagen. Mandelmischung, Marzipan und Bittermandelaroma unter das Eiweiß mischen. Butter in einem Topf zerlassen. 14 Teigblätter in Größe der Auflaufform rechteckig zuschneiden.

3. Auflaufform mit wenig Butter ausstreichen. Jeweils nacheinander 5 Teigblätter gleichmäßig mit etwas Butter bestreichen und nach und nach in die Form schichten. Die Hälfte der Mandelmasse darauf verteilen. Dann weitere 4 Teigblätter nacheinander mit Butter bestreichen, auf die Füllung in die Form schichten und jeweils leicht andrücken. Restliche Mandelmasse darauf verteilen und mit den restlichen, jeweils mit Butter bestrichenen Teigblättern (5 Stück) belegen. Die eingeschichtete Mischung mit einem scharfen Messer in 24 Rechtecke schneiden, dabei die untere Teigschicht möglichst nicht mit durchschneiden.

4. Baklava im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 20–25 Minuten goldbraun backen.

5. Vorbereiteten Zitronensirup, Rosenwasser und Honig mischen. Baklava aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Vorgeschnittene Teigstücke mit dem Messer vollständig durchtrennen. Baklava mit dem Sirup gleichmäßig tränken, bis zum Servieren vollständig auskühlen lassen.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:20 Stunden plus Kühlzeit ca. 2 Stunden

PRO STÜCK 7 g E, 15 g F, 24 g KH = 271 kcal (1135 kJ)



Süßsäuerlicher Zitronensirup wird nach dem Backen über die noch warmen Teig-Mandelschichten geträufelt. Dabei saugen die Zutaten die Flüssigkeit auf. So bekommt die Baklava noch zusätzliches Aroma, bleibt herrlich saftig und hält sich etwa 14 Tage frisch.



Foto Seite 130

Mandel-Quitten-Tarte

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN

Für 12 Stücke

MÜRBETEIG

- 100 g Butter (kalt) plus etwas für die Form
- Salz
- 180 g Mehl plus etwas zum Bearbeiten
- 50 g Zucker
- 1 Eigelb (Kl. M)

QUITTENBELAG

- 1 Vanilleschote
- 100 g Zucker
- 2 El Zitronensaft
- 3 Quitten (à 250 g)

MANDELCREME

- 100 g Butter (weich)
- 100 g Zucker
- 1 Tl Bio-Zitronenschale
- 2 Eier (Kl. M)
- 100 g gemahlene Mandeln

TOPPING

- 30 g gehobelte Mandeln
- 1 Tl Puderzucker

Außerdem: Tarte-Form (26 cm Ø) mit herausnehmbarem Boden

1. Für den Boden Butter in kleine Würfel schneiden. Mit 1 Prise Salz, Mehl, Zucker, Eigelb und 1–2 El kaltem Wasser in eine Rührschüssel geben und rasch zu einem glatten Teig kneten. Teig zu einer flachen Scheibe formen und ca. 1 Stunde kalt stellen.

2. Für den Quittenbelag inzwischen Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Vanillemark, -schote, Zucker, Zitronensaft und 500 ml Wasser in einem Topf aufkochen und ca. 2 Minuten bei kleiner Hitze kochen. Von den Quitten den anhaftenden feinen Flaum abreiben. Quitten waschen, vierteln, entkernen und schälen. Quitten in den Sud geben, ca. 25 Minuten bei milder Hitze weich garen und im Sud abkühlen lassen.

3. Tarte-Form mit etwas Butter fetten. Mürbeteig kurz durchkneten und auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 mm dünn

rund ausrollen (ca. 32 cm Ø). Form mit dem Teig auslegen, dabei den Rand gut andrücken. Eventuell überstehenden Rand gerade abschneiden. Tarte-Form ca. 15 Minuten kalt stellen.

4. Für die Mandelcreme Butter, Zucker und Zitronenschale mit den Quirlen des Handrührers schaumig aufschlagen. Eier einzeln gut unterrühren. Zuletzt die Mandeln kurz unterrühren.

5. Quitten aus dem Sud heben, abtropfen lassen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Mandelcreme auf den Tarte-Boden füllen und glatt verstreichen. Quittenscheiben in die Creme drücken, mit gehobelten Mandeln bestreuen. Tarte im vorgeheizten Backofen bei 175 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) auf der 2. Schiene von unten 40–45 Minuten goldbraun backen. Tarte aus dem Ofen nehmen, in der Form auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

6. Tarte zum Servieren aus der Form heben, auf eine Kuchenplatte setzen, mit Puderzucker bestäuben und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus Kühl- und Auskühlzeiten ca. 2:45 Stunden

PRO STÜCK 5 g E, 21 g F, 34 g KH = 362 kcal (1520 kJ)

Tipp Außerhalb der Quittensaison schmeckt die Tarte auch mit Äpfeln, Pflaumen oder Birnenspalten belegt sehr lecker. Diese Früchte müssen nicht vorgegart werden.

„Marzipan, weiße Schokolade und Mandellikör geben der Mousse ihren ganz besonderen Schmelz.“

»e&t«-Koch Maik Damerius



Foto Seite 131

Marzipan-Mousse mit Himbeer-Pfeffer-Sauce

* EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, RAFFINIERT

Für 6 Portionen

MARZIPAN-MOUSSE

- 2 Blatt Gelatine
- 200 g weiße Kuvertüre
- 200 ml Schlagsahne
- 50 g Marzipanrohmasse (gekühlt)
- 3 Eigelb (Kl. M) • 30 g Zucker
- 50 g ital. Mandellikör (z. B. Amaretto)

HIMBEER-PFEFFER-SAUCE

- 1 Tl eingelegte grüne Pfefferkörner (in Lake)
- 30 g Zucker
- 250 g TK-Himbeeren

- 1 kleine Zimtstange
- 2 Sternanis
- 50 ml trockener Weißwein

CRUMBLE

- 50 g Butter
- 40 g gehobelte Mandeln
- 20 g Kakaopulver
- 50 g Zucker
- 60 g Mehl

GARNIERUNG

- 2 Stiele Thymian
- Außerdem: Wasserbad-Schlagsschüssel

1. Für die Mousse Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Kuvertüre grob hacken, in einer Schüssel über einem warmen

Wasserbad unter Rühren schmelzen. Sahne mit den Quirlen des Handrührers steif schlagen und kalt stellen. Marzipan raspeln.

2. Eigelbe, Zucker und Mandellikör in einem Schlagkessel über einem heißen Wasserbad cremig-dicklich aufschlagen. Gelatine ausdrücken. Zur Eigelbmasse geben und unter Rühren schmelzen. Marzipanraspel mit einem Schneebesen einrühren. Schlagkessel vom Topf nehmen, in ein kaltes Wasserbad setzen und die Masse unter Rühren handwarm abkühlen lassen. Flüssige Kuvertüre zügig unterrühren. Hälfte Sahne unterrühren. Restliche Sahne locker unterheben. Mousse in eine Schüssel (ca. 20 cm Ø) geben und ca. 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

3. Für die Sauce grünen Pfeffer in einem Sieb abtropfen lassen, in einem Mörser fein zerstoßen. Zucker, Himbeeren, Zimt, Anis und Weißwein in einen Topf geben und aufkochen. Offen bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 5 Minuten kochen lassen. Gewürze entfernen. Mischung durch ein feines Sieb in eine Schüssel streichen, grünen Pfeffer unterrühren. Sauce abkühlen lassen.

4. Für den Crumble Butter in feine Stückchen schneiden. Mandeln, Kakao, Zucker, Mehl und Butter in eine Rührschüssel geben und mit Händen zu feinen Streuseln verkneten. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 12–15 Minuten backen. Dabei nach ca. der Hälfte der Zeit die Streusel durchmischen. Aus dem Ofen nehmen und Streusel auf einem Teller abkühlen lassen.

5. Thymianblätter von den Stielen abzupfen. Marzipan-Mousse aus dem Kühlschrank nehmen. Daraus mit einem in kaltes Wasser getauchten Löffel Nocken ausstechen. Je 2 Mousse-Nocken, etwas Himbeer-Pfeffer-Sauce und Crumble auf Desserttellern anrichten. Mit Thymianblättern bestreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:15 Stunden plus Kühlzeit ca. 4 Stunden

PRO PORTION 10 g E, 40 g F, 52 g KH = 650 kcal (2726 kJ)

Tipp Ein Dessert, das perfekt für Gäste geeignet ist, denn alle Komponenten (Mousse, Sauce und Crumble) lassen sich 1–2 Tage im Voraus zubereiten. Damit der Mandel-Crumble knusprig bleibt, in einer luftdicht verschließbaren Dose lagern!



Foto Seite 132

Torta Caprese

* EINFACH, GLUTENFREI, GUT VORZUBEREITEN

Für 10 Stücke

TORTA CAPRESE

- 150 g Zartbitterkuvertüre
- 6 Eier (Kl. M)
- Salz
- 150 g Butter (weich) plus etwas für die Form
- 100 g Zucker
- 250 g frisch gemahlene Mandelkerne mit Haut
- 1 Tl Bio-Zitronenschale

MANDELTOPPING

- 2 Salbeiblätter
- 30 g Zucker
- 1 Tl Vanillezucker
- 1 Prise Zimt
- Salz
- 50 g Mandelkerne mit Haut
- Außerdem: stabiler Blitzhacker

1. Für die Torta Caprese Kuvertüre hacken und in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen. Eier trennen. Eiweiß und 1 Prise Salz mit den Quirlen des Handrührers steif schlagen. Butter und Zucker mit den Quirlen des

Rauchmandeleis mit marinierten Mandarinen

In der Mandeleiscreme sorgt eine rauchige Note für Überraschung. Saisonal wird die raffinierte Eisvariante von Mandarinen begleitet, die in einem Sud mit Zimt, Kardamom und Muskatblüte mariniert wurden.

Rezept Seite 136



Handrührers oder in der Küchenmaschine hellcremig aufschlagen. Eigelbe und Zitronenschale nach und nach unterrühren. Gemahlene Mandeln und Schokolade im Wechsel kurz unterrühren. Eischnee mit einem Teigschaber unterheben.

2. Teig in eine mit Butter gefettete oder mit Backpapier ausgelegte Springform (24 cm Ø) geben und glatt streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad (Umluft nicht empfehlenswert) auf der mittleren Schiene 40–45 Minuten backen.

3. Für das Mandeltopping inzwischen die Salbeiblätter sehr fein schneiden. Zucker, 50 ml Wasser, Vanillezucker, Zimt und 1 Prise Salz in einen kleinen Topf geben und aufkochen. Mandeln und Salbei zugeben und unter Rühren bei mittlerer Hitze kochen, bis das Wasser verdunstet ist. Bei kleiner Hitze unter Rühren weiter erhitzen, bis die Mandeln karamellisiert sind. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und vollständig auskühlen lassen.

4. Kuchen aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen. Karamellierte Mandelmischung in einem Blitzhacker fein mixen. Torta Caprese vorsichtig aus der Form lösen, auf eine Kuchenplatte setzen und mit dem Mandelkaramellmix gleichmäßig bestreuen. Am besten noch leicht lauwarm servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:15 Stunden plus Abkühlzeit ca. 45 Minuten
PRO STÜCK 12 g E, 35 g F, 22 g KH = 476 kcal (1991 kJ)



Foto Seite 135

Rauchmandeleis mit marinierten Mandarinen

**** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN**

Für 6 Portionen

QUINOA-ZIMT-CRACKER

- 65 g Quinoa • Salz
- 50 g Tapiokamehl • 1 TI Zimt
- 50 g Orangensaft
- 400 ml Öl zum Frittieren

RAUCHMANDELEIS

- 50 g Rauchmandeln
- 300 ml Milch
- 200 ml Schlagsahne
- 100 g Zucker
- 4 Eigelb (Kl. M)

MARINIERTER MANDARINEN

- 6 Mandarinen (à 130 g)

- 40 g Zucker
- 100 ml Orangensaft
- 1 Zimtstange
- 3 Kardamomkapseln
- 3 Macis (Muskatblüte)
- 1 TI Speisestärke

GARNIERUNG

- 4 Stiele Minze
- Außerdem: Blitzhacker, Eismaschine, Küchenthermometer, Silikon-Backmatte, Wasserbad-Schlagschüssel

1. Für die Cracker Quinoa in einem Sieb lauwarm abspülen und abtropfen lassen. Quinoa in einem Topf in kochendem Wasser mit 1 Prise Salz bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten garen. Quinoa in ein Sieb gießen, abtropfen und abkühlen lassen. Gekochte Quinoa, Tapiokamehl, Zimt und Orangensaft in einen Küchenmixer geben und fein mixen, bis eine zähe, streichfähige Masse entsteht.

2. Crackermasse z.B. mit einer Winkelpalette so dünn wie möglich auf ein mit einer Silikon-Backmatte belegtes Backblech streichen. Im vorgeheizten Backofen bei 90 Grad (Umluft 70 Grad) auf der zweiten Schiene von unten ca. 3 Stunden trocknen lassen.

3. Für das Eis Rauchmandeln in einem Blitzhacker fein mahlen. Milch, Sahne, gemahlene Rauchmandeln und 60 g Zucker in

einem Topf aufkochen. Masse vom Herd nehmen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Mischung dann durch ein feines Sieb in einen weiteren Topf gießen.

4. Rauchmandelmilch erhitzen. Eigelbe und restlichen Zucker (40 g) mit den Schneebesen der Küchenmaschine 4–5 Minuten cremig schlagen. Mandelmilch nach und nach unter ständigem Rühren zur Eimasse gießen. Parfaitmasse in eine Schlagschüssel geben und über einem heißen Wasserbad unter ständigem Rühren mit einem Teigspatel auf 75–80 Grad (Küchenthermometer verwenden!) erhitzen und zur Rose abziehen. Schüssel in ein kaltes Wasserbad setzen und Eismasse unter Rühren abkühlen lassen. Dann in einer Eismaschine ca. 1 Stunde (abhängig von der Art der Eismaschine) cremig gefrieren. Mandeleis mit Folie bedeckt 2 Stunden einfrieren.

5. Für die Mandarinen die Früchte so schälen, dass die weiße Haut vollständig mit entfernt wird. Filets mit einem scharfen Messer zwischen den Trennhäuten ausschneiden, den dabei abtropfenden Saft auffangen. Zucker in einem Topf hellgelb karamellisieren. Vorsichtig mit dem aufgefangenen Mandarinen- und Orangensaft ablöschen. Zimt, angedrückte Kardamomkapseln und Muskatblüte zugeben. Unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten kochen lassen, bis sich der Karamell gelöst hat.

6. Speisestärke und 2 El kaltes Wasser glatt rühren. Unter Rühren zum Sud gießen und kurz köcheln lassen. Topf vom Herd ziehen, Mandarinenfilets zugeben und alles auskühlen lassen.

7. Für die Cracker Öl in einem Topf auf ca. 170 Grad erhitzen (Thermometer verwenden!). Quinoa-Teigplatte in unterschiedlich große Stücke brechen. Nacheinander ca. 30 Sekunden im heißen Öl frittieren. Cracker mit einer Schaumkelle aus dem Öl heben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

8. Minzblätter von den Stielen abzupfen. Marinierte Mandarinen auf Dessertteller verteilen. Aus dem Mandeleis Nocken abstecken und auf dem Sud anrichten. Mit Quinoa-Zimt-Crackern und Minzblättern garnieren und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1 Stunde plus

Trocken-, Kühl- und Gefrierzeiten 3:30 Stunden

PRO PORTION 8 g E, 23 g F, 52 g KH = 468 kcal (1956 kJ)

MANDEL-FAKTEN FÜR GENIESSER

GUT ZU WISSEN Für das volle Aroma und alle gesunden Inhaltsstoffe kauft man am besten Mandeln mit Schale. Neben klassischen süßen Mandeln gibt es auch Krachmandeln. Ihre poröse Schale lässt sich deutlich einfacher knacken. Die Kerne sind sensible Lebensmittel, können leicht schimmeln, ohne dass man es sieht. Deshalb immer trocken und kühl lagern, z. B. in einem Glas im Vorratsschrank.

AUF NACHHALTIGKEIT ACHTEN Mandeln, die bei uns angeboten werden, stammen überwiegend aus den USA. Leider nicht unproblematisch, da die dort extensive Landwirtschaft ein massives Wassermanagement erzeugt. Für die Ernte von 1 Kilo Mandeln in Kalifornien werden bis zu 15 000 Liter Wasser benötigt.

BEWUSST EINKAUFEN Es geht auch anders, wie ökologische Projekte in Europa zeigen, bei denen Mandeln etwa durch Bodenbegrünung ohne künstliche Bewässerung angebaut werden. Erhältlich in Naturkostläden oder über www.open.bio oder www.crowdfarming.com

Fleischlos glücklich



Heft ansehen und bis 31.12.2024
versandkostenfrei bestellen!

 www.essen-und-trinken.de/veggie



Jetzt QR-Code
scannen!

Foto: Tobias Pankrath / Blueberry Food Studios GmbH. Deutsche Medien-Manufaktur GmbH & Co. KG, 48165 Münster

Neues aus Ostwestfalen



Pici-Pasta mit Röstpaprika, Titelrezept aus »e&t« 9/2024

„Als langjährige Leserin Ihrer Zeitschrift möchte ich mich heute einmal persönlich melden. Das Pasta-Rezept Pici mit Röstpaprika hat mich sofort angesprochen, und ich wollte es unbedingt unseren Gästen anbieten. Die leckere Sauce habe ich kurzentschlossen zur Rostbratwurst (in unserer Gegend Ostwestfalen-Lippe sehr beliebt) mit Backofenkartoffeln gereicht. Ein voller Erfolg, die einzelnen Zutaten harmonierten perfekt. Vielleicht ist dies ein Tipp für Ihre Leser oder sogar für Ihre Redaktionsküche. Als Vorspeise habe ich aus derselben Ausgabe die kalte Rucola-Gurken-Suppe (wurde sogar nachgeordert) und das Pfirsich-Weißwein-Parfait aus »e&t« 8/2024 gereicht. Vielen Dank für diese Rezepte. Wir hatten einen wirklich tollen kulinarischen Abend.“

Heike Oesterhaus, Lage

Beim Namen genannt

Als ich im Artikel über das Beste aus Südtirol „gratinierte Vinschgauer“ gelesen habe, habe ich mich gewundert. Als ich dann im Artikel „Maronen“ gelesen habe, habe ich mich entschlossen, euch zu schreiben. Das Brot aus dem Vinschgau heißt Vinschgerlen oder genauer noch Vinschger Paarl (unabhängig davon, dass Wikipedia sie Vinschgauer nennt). Die Maronen heißen Keschn. Vorausgesetzt, ihr wollt die lokalen Namen.

Andreas Moroder,
St. Ulrich in Gröden



Italienisch durchgeblättert

„Ich würde mich freuen, wenn Sie für mich ein Rezept über Sfogliatelle hätten.“

Christa Wolf, per E-Mail

Haben wir, liebe Frau Wolf. Es ist wegen der Erdbeeren darin eher sommerlich. Aber die können Sie z. B. durch Himbeeren ersetzen oder durch gut abgetropfte Aprikosen- oder Pflaumenstückchen (TK oder Glas). Anbei ein Rezept der neapolitanischen Blätterteig-Spezialität.



Sfogliatelle aus »e&t« 6/2022

Sfogliatelle

** MITTELSCHWER, GUT VORZUBEREITEN

Für 10 Stück

TEIG

- 450 g Mehl plus etwas zum Bearbeiten • Salz
- 70 g Butter (weich)
- 1 Eigelb (Kl. M)

FÜLLUNG

- 1 Vanilleschote
- 150 ml Milch

- fein abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange
- 30 g Zucker
- Salz
- 50 g Weichweizengrieß
- 120 g Ricotta
- 1 Eigelb (Kl. M)
- 5 große Erdbeeren

1. Für den Teig am Vortag Mehl, 1 Prise Salz, 20 g Butter und 250 ml kaltes Wasser mit den Knethaken des Handrührers glatt kneten. Teig zur Rolle formen, in 4 gleich große Stücke teilen und einzeln in Frischhaltefolie wickeln. 1 Stunde kalt stellen.

2. Restliche Butter (50 g) zerlassen. Jedes Teigstück auf leicht bemehlter Arbeitsfläche zum Rechteck (50 x 20 cm) ausrollen. Teigplatten dünn mit Butter bepinseln. Aufeinanderlegen und von der schmalen Seite her fest aufrollen. Rolle fest in Frischhaltefolie eindrehen, über Nacht kalt stellen

3. Für die Füllung am Tag danach Vanilleschote längs halbieren, Mark herauskratzen. Milch mit Vanilleschote, -mark, Orangenschale, Zucker und 1 Prise Salz aufkochen. Grieß unter Rühren einstreuen, 10 Minuten bei milder Hitze offen unter gelegentlichem Rühren quellen lassen. In eine Schüssel füllen, abgedeckt 20 Minuten auskühlen lassen. Vanilleschote entfernen, Ricotta und Eigelb unterrühren. Erdbeeren waschen, putzen und vierteln.

4. Teigrolle auswickeln, in 10 Scheiben schneiden. 1 Teigscheibe auf beide Daumen setzen, mit den Fingern von der Mitte her rundum nach unten ziehen, sodass eine Art spitzer Hut entsteht. Diesen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit je 1 El Grieß und 2 Erdbeerstücken füllen, Öffnung gut zusammendrücken. Restlichen Teig ebenso formen und füllen.

5. Eigelb mit 3 El kaltem Wasser verrühren. Teigtaschen dünn mit Eigelbmischung bepinseln. Im vorgeheizten Backofen bei 190 Grad (Umluft 170 Grad) auf der 2. Schiene von unten ca. 30 Minuten backen. Sfogliatelle lauwarm oder kalt servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 1:45 Stunden plus Kühlzeiten ca. 13 Stunden
PRO STÜCK 7 g E, 9 g F, 38 g KH = 274 kcal (1151 kJ)

Gern mehr „Veggie“

„Neulich habe ich bei Rewe zufällig die VEGGIE entdeckt und bin begeistert. Endlich mal eine Rezeptzeitschrift für vegetarische und vegane Rezepte. Toll! Mir gefällt das Design mit mattem Papier und bunten Farben. Da bekommt man gleich Lust aufs Stöbern. Die Rezepte sind gut und vor allem alltagstauglich. Ich kaufe eine solche Zeitung, um für den Alltag auf andere Ideen zu kommen. Also macht gerne weiter so, ich würde mich über ein häufigeres Erscheinen der VEGGIE freuen.“

Ute Samson, per E-Mail

„Ich bin jahrelanger »e&t«-Abonnent und nun von dem VEGGIE Heft total begeistert. Gestern gab es bei uns den Kürbisisotto und zum Dessert das Beeren-Tiramisu. Beides ist sehr gut angekommen. Wir stecken doch alle in der gleichen Situation, dass unsere Töchter weniger oder kein Fleisch mehr essen wollen.“

Stefanie Siepe, per E-Mail



»e&t«-VEGGIE 2/2024:
einfach scannen, liefern
lassen – und mit Glück
einen Airfryer gewinnen

LESERLOB



Käsenocken mit
Spinatschaum
aus »e&t« 10/2024

„Wir haben die Käsenocken mit Spinatschaum aus »e&t« 10/2024 nachgekocht. Ersetzt wurden die Maronen durch Kräuterseitlinge, weil mein Mann Maronen nicht mag. Es ist optisch gut gelungen und war geschmacklich der Hit. Mit dem Nachkochen der Rezepte aus dem Heft sind wir noch lange nicht durch und freuen uns auf weitere Geschmackserlebnisse.“

Annette Schormann, per E-Mail



LESERSERVICE

Unsere Kollegin Antje Klein steht Ihnen in der Redaktion Rede und Antwort. Sie erreichen sie dienstags von 14–16 Uhr. **Tel.** 040/210 91 66 77
E-Mail leserservice@essenundtrinken.de
Adresse Redaktion »essen&trinken«, Straßenbahnring 15, 20251 Hamburg, Fragen zum Abonnement siehe Seite 107.

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen und auch elektronisch zu veröffentlichen.

azafran

Wir stehen für einen bewussten & hochwertigen Genuss zu fairen Preisen!

» BIO GEWÜRZE*
z.B. Kurkuma, Zimt & Ingwer

» MISCHUNGEN

» SUPERFOODS

» BIO TEES*

*100% BIO-100%
*100% BIO-100%

Erhältlich auf Amazon, Ebay & AZAFRAN.DE

interhome
Ferienhäuser & Wohnungen

Urlaubsreif? Wir haben
Euer Ferienhaus!

www.interhome.de

Mexikanischer Hotspot

Aus einfachen Speisen mit ein paar frischen Ideen etwas Besonderes machen. An dieser Stelle zeigen wir Ihnen Klassiker mit vier Varianten. **114. FOLGE: CHILI SIN CARNE**



Chili sin carne mit Limettenspalten

GRUNDREZEPT FÜR 2 PORTIONEN

100 g Zwiebeln und **1 Knoblauchzehe** in feine Würfel schneiden. **1 rote Paprikaschote** (200 g) waschen, putzen, vierteln, entkernen und in feine Streifen schneiden. **140 g Kidneybohnen** (Abtropfgewicht) und **140 g Mais** (Abtropfgewicht) in einem Sieb kalt abspülen und abtropfen lassen. **½ rote Pfefferschote** putzen, längs einschneiden, entkernen und in feine Streifen schneiden. **2 El Olivenöl** in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch und Paprika darin bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten dünsten. **1 Tl Paprikapulver** (edelsüß), **½ Tl gemahlenen Kreuzkümmel** und **½ Tl getrockneten Majoran** zugeben und kurz mitdünsten. **400 g Kirschtomaten** (Dose) und **120 ml Gemüsebrühe** zugeben, aufkochen und bei milder Hitze offen 20 Minuten kochen lassen. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Mais und Bohnen zugeben und weitere 10 Minuten kochen lassen. **½ Bund Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. **1 Bio-Limette** vierteln. Chili sin carne mit je **1 Tl Schmand**, Schnittlauch und Limettenvierteln servieren.

Unser
Liebling



Mit scharfem Gelbe-Bete-Salat

Chili sin carne nach Grundrezept (s. linke Seite; ohne Limette, Schmand und Schnittlauch) zubereiten. **1 gelbe Bete** (150 g) waschen, schälen und mit einem Küchenhobel in 1 mm dünne Scheiben hobeln. **Blätter von 2 Stielen Koriandergrün** abzupfen und fein schneiden. Gehobelte Bete, Koriandergrün, **1 El Chilisauce**, **1 El Reisessig**, **2 El geröstetes Sesamöl**, **1 El schwarzen Sesam**, **Salz** und **Pfeffer** in einer Schüssel mischen und 15 Minuten marinieren lassen. Chili sin carne mit Bete-Salat servieren.



Mit Buchenpilzen und Kräutern

Chili sin carne nach Grundrezept (s. linke Seite; ohne Limette, Schmand und Schnittlauch) zubereiten. **200 g weiße Buchenpilze** (ersatzweise kleine Seitlinge) putzen, Enden abschneiden. **1 Knoblauchzehe** in feine Scheiben schneiden. **1 El Olivenöl** in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin bei mittlerer Hitze 4–5 Minuten sanft braten. Knoblauch zugeben, ca. 2 Minuten mitbraten, mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Blätter von **3 Stielen Thymian**, **1 Stiel krauser Petersilie** und **2 Stielen Estragon** abzupfen, fein schneiden und mischen. Chili sin carne mit Pilzen und mit Kräutern bestreut servieren.



Mit Nussbutter-Steckrüben

Chili sin carne nach Grundrezept (s. linke Seite; ohne Limette, Schmand und Schnittlauch) zubereiten. **300 g Steckrübe** schälen und in 2 cm große Würfel schneiden. Steckrübenwürfel in kochendem Salzwasser 2–3 Minuten kochen, abgießen und gut abtropfen lassen. **Blätter von 4 Stielen Korb** abzupfen und grob schneiden. **1 El Butter** in einer Pfanne zerlassen, bis sie leicht zu bräunen beginnt. Steckrüben in der Nussbutter bei mittlerer Hitze 2–3 Minuten sanft braten. Mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Chili sin carne mit Steckrüben und Korb bestreut servieren.



Mit Cheddar-Chips und Jalapeños

Chili sin carne nach Grundrezept (s. linke Seite; ohne Limette, Schmand und Schnittlauch) zubereiten. **50 g Cheddar** fein reiben, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) auf der mittleren Schiene 5–6 Minuten knusprig backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und in grobe Stücke brechen. **4 Jalapeños** (à 20 g) mit **1 El Olivenöl** mischen. Eine Grillpfanne erhitzen und Jalapeños bei hoher Hitze 4 Minuten rundum grillen, mit **Salz** würzen. Herausnehmen und klein schneiden. Chili sin carne mit Cheddar-Chips und Jalapeños servieren.

Vorschau



1 Wohltuend warm:
Weiße-Bohnen-Eintopf
mit Aubergine

IM NÄCHSTEN HEFT

1 Zeit für Eintöpfe

Wir servieren Erdnusseintopf mit Hähnchen, Bigos mit Fenchelbaguette und Rindergulasch mit Roter Bete. Sechs raffinierte Einheizer und zwei feine Suppen – mit Fisch, Fleisch und veggie

2 Süßes mit Säure

Vier Zitronenkuchen und -Desserts, die Licht ins Dunkel bringen. Von Millefeuille über Lemon Bars bis Baked Alaska

3 Salat in Begleitung

Endivie, Radicchio, Portulak und Feldsalat mit Bündner Fleisch, Fenchel-Lachs, Ente und Gewürzfalafeln schick kombiniert



Rezepte für den Airfryer

Zanderfilet, Blumenkohl-Pops oder spicy Pasta – die Heißluft-Fritteuse kann's. Süße Krapfen natürlich auch

*Reportage:
Budapest von
seiner besten
Seite*



2 Überraschend
vegan: Zitronen-
torte mit Yuzu



3 Herrlich frisch: Feldsalat
mit confierter Entenbrust
und Balsamico-Feigen

Das Februar-Heft erscheint am
3. Januar 2025
Bis dahin täglich im Internet unter
www.essen-und-trinken.de

JEDEN
MONAT NEU

FEIERLAUNE.
GUTE WÜNSCHE.
EIN WARMES WILLKOMMEN.

Mein Zuhause.

Die besten Ideen für ein
schönes Leben zu Hause.
Jetzt im Handel
oder direkt
bestellen unter:



shop.livingathome.de



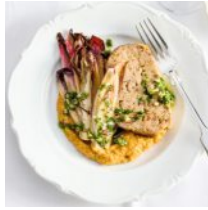
Alle Rezepte auf einen Blick

54
Rezepte

Mit Fleisch



Grünkohl-Eintopf,
deftiger Seite 146



Hackbraten mit Püree
und Chicorée Seite 30



Kalbsrollbraten mit
Liebstockel Seite 27



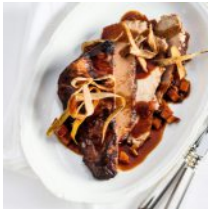
Kartoffel-Käse-Suppe
mit Schinken Seite 45



Lammbraten in
Kurkumasud Seite 28



Pastrami aus Roast-
beef Seite 38



Sauerbraten mit
Portulak Seite 30



Sauerkraut-Hack-
Crespelle Seite 116



Szegediner Kasseler
Seite 117

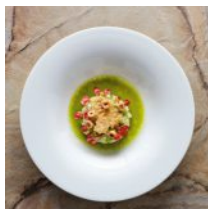


Tandoori-Hähnchen
mit Wirsing Seite 49



Zitronen-Putenbraten
mit Möhren Seite 27

Vegetarisch



Apfel-Senf-Tatar mit
Parmesan Seite 94



Chili sin carne mit
Limetten Seite 140



Curry-Rosenkohl
Seite 38



Eigelb-Fagottini mit
Trüffel Seite 52



Gemüse, sauer
eingelegtes Seite 39



Gurken-Sandwiches
Seite 124



Harissa-Schwarz-
wurzeln Seite 88



Homemade-Limetten-
Sriracha Seite 72



Kartoffelsalat mit
Spitzkohl Seite 110



Körnerbrötchen mit
Paprika Seite 20



„Labskaus“, vege-
tarisches Seite 44



Mangold-Quesadillas
Seite 48



Möhrensalat, fermen-
tierter Seite 39



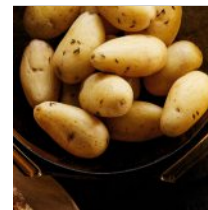
Ofen-Pellkartoffeln
mit Salat Seite 43



Orecchiette mit Kohl
und Burrata Seite 46



Parmesan-Kümmel-
Cracker Seite 70



Pellkartoffeln mit
Kümmel Seite 37



Pici mit Kürbissauce
und Feta Seite 89



Raclette mit halbem
Käse Seite 37



Spitzkohl-Tarte-Tatin
mit Dip Seite 89



Steckrübenstampf mit
Rosenkohl Seite 88

Mit Fisch



Ingwer-Lachs mit Rosenkohl Seite 60



Lachs, confierter, mit Risotto Seite 62



Lachsfilet mit Rahm-Wirsing Seite 60



Lachs-Gemüse-Wok Seite 61



Miesmuscheln à la crème Seite 122



Ofen-Forelle mit Meerrettich Seite 47



Petersfisch mit Apfel-Parmesan Seite 92



Sauerkraut-Radicchio-Salat Seite 115



Sushi-Bowl mit Asia-Lachs Seite 61

Süß



Gin-Birnen-Gelee Seite 70



Kataifi-Pistazien-Riegel Seite 72



Kiwi mit Sauerrahmeis Seite 10



Mandel-Quitten-Tarte Seite 133



Mandel-Zitronen-Baklava Seite 133



Marzipan-Mousse mit Himbeeren Seite 134



Rauchmandeleis mit Mandarinen Seite 136



Salted Matcha Fudge Seite 70



Torta Caprese Seite 134

Alphabetisches Rezeptverzeichnis

A	Apfel-Senf-Tatar mit Parmesan, Apple Blossom und Apfelsud.....	* 94
C	Chili sin carne mit Limettenspalten.....	* 140
	Curry-Rosenkohl.....	* 38
E	Eigelb-Fagottini mit Nussbutter-Hollandaise und schwarzer Trüffel.....	** 52
G	Gemüse, sauer eingelegtes.....	* 39
	Gin-Birnen-Gelee.....	* 70
	Grünkohl-Eintopf, deftiger.....	* 146
	Gurken-Sandwiches.....	* 124
H	Hackbraten mit Süßkartoffelpüree und Chicorée.....	* 30
	Harissa-Schwarzwurzeln mit Quark-Dip und Salat.....	* 88
	Homemade-Limetten-Sriracha.....	* 72
I	Ingwer-Lachs, gedämpfter, mit Rosenkohl.....	* 60
K	Kalbsrollbraten mit Liebstöckel-Füllung.....	** 27
	Kartoffel-Fenchel-Brot.....	* 37
	Kartoffel-Käse-Suppe mit knusprigem Schinken.....	* 45
	Kartoffelsalat mit rotem Spitzkohl.....	* 110
	Kataifi-Pistazien-Riegel.....	** 72
	Kiwi, marinierte rote, mit Crumble und Sauerrahmeis.....	* 10
	Körnerbrötchen mit Paprikacreme.....	* 20
L	„Labskaus“, vegetarisches.....	* 44
	Lachs, confierter, mit Graupen-Risotto.....	* 62
	Lachsfilet mit Rahmwirsing und Café-de-Paris-Butter.....	* 60
	Lachs-Gemüse-Wok mit Glasnudeln.....	* 61
	Lammbraten, scharfer, in Kurkumasud.....	* 28
M	Mandel-Quitten-Tarte.....	* 133
	Mandel-Zitronen-Baklava.....	* 133
	Mangold-Quesadillas.....	* 48
	Marzipan-Mousse mit Himbeer-Pfeffer-Sauce.....	* 134
	Miesmuscheln à la crème mit Speck-Croûtons.....	* 122
	Möhrensalat, fermentierter.....	* 39
O	Ofen-Forelle mit Fenchel und Meerrettich-Dressing.....	* 47
	Ofen-Pellkartoffeln mit Möhren-Pastinaken-Salat.....	* 43
	Orecchiette mit Rosenkohl und Burrata.....	* 46
P	Parmesan-Kümmel-Cracker.....	* 70
	Pastrami aus Roastbeef.....	* 38
	Pellkartoffeln mit Kümmel.....	* 37
	Petersfisch mit Apfel-Parmesan-Risotto und Apfeljus.....	* 92
	Pici mit Kürbissauce und cremigem Feta.....	* 89
	Prince of Wales.....	* 124
R	Raclette mit halbem Käselaib.....	* 37
	Rauchmandeleis mit marinierten Mandarinen.....	* 136
S	Salted Matcha Fudge.....	* 70
	Sauerbraten mit Portulak.....	* 30
	Sauerkraut-Hack-Crespelle.....	* 116
	Sauerkraut-Radicchio-Salat.....	* 115
	Sfogliatelle.....	* 138
	Spitzkohl-Tarte-Tatin mit Gelber Bete und Dip.....	* 89
	Steckrübenstampf mit Mandel-Rosenkohl.....	* 88
	Sushi-Bowl mit gebeiztem Asia-Lachs.....	* 61
	Szegediner Kasseler.....	* 117
T	Tandoori-Hähnchen mit Wirsing und Wildreis.....	* 49
	Torta Caprese.....	* 134
Z	Zitronenbrösel.....	* 37
	Zitronen-Putenbraten mit Perlzwiebeln und Möhren.....	* 27

SCHWIERIGKEITSGRAD:

* EINFACH ** MITTELSCHWER *** ANSPRUCHSVOLL

UNSER TITELREZEPT

Guten Abend

Wenn sich Magen und Seele zum Ausklang des Tages nach etwas Herzhaftem sehnen, kommt unser Eintopf mit Grünkohl goldrichtig. Süßkartoffel und Fenchel geben dem Klassiker einen neuen Dreh



Kohlwürste und Kasseler sorgen für feines Raucharoma und die nötige Bettschwere

Deftiger Grünkohl-Eintopf

★ EINFACH, GUT VORZUBEREITEN, SCHNELL

Für 4 Portionen

- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g Süßkartoffeln
- 2 El neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 2 El gelbe Senfsaat
- 1 El Fenchelsaat
- 1 l Gemüsebrühe
- 500 g TK-Grünkohl
- 4 Kohlwürste (à 75 g; Mettenden)
- 300 g Kasseler (ohne Knochen; aus dem Rücken oder Nacken)
- 4 Stiele krause Petersilie
- Salz • Pfeffer
- 1 Prise Zucker

1. Für den Eintopf Zwiebeln und Knoblauch in Würfel schneiden. Süßkartoffeln schälen, waschen und in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Öl in einem Suppentopf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Senf- und Fenchelsaat darin bei mittlerer Hitze andünsten. Süßkartoffeln zugeben, weitere 2 Minuten dünsten. Mit Gemüsebrühe auffüllen. Grünkohl direkt aus der Packung untermischen. 15 Minuten bei kleiner bis mittlerer Hitze kochen. Kohlwürste mit einer Gabel rundum mehrfach einstechen, nach ca. 5 Minuten Kochzeit zum Eintopf geben.

2. Inzwischen Kasseler in ca. 3 cm große Würfel schneiden. Kasselerwürfel unter den Eintopf mischen und alles weitere ca. 10 Minuten kochen.

3. Petersilienblätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Eintopf mit Salz, Pfeffer und Zucker kräftig abschmecken und in vorgewärmte Schalen geben. Petersilie darüberstreuen und servieren.

ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

PRO PORTION 35 g E, 36 g F, 27 g KH = 602 kcal (2509 kJ)

Kulinarische Vielfalt zum Vorteilspreis.

Freuen Sie sich auf 3 Ausgaben »essen & trinken« voller köstlicher Rezepte, die ganz neu für Sie kreiert wurden und jedem Anlass die ganz besondere Note verleihen.



Jetzt
28 %
sparen!

Ihre Vorteile

Inspiration für jeden Anlass:

Neue Rezepte, gelingsicher und nur für Sie entwickelt

Günstig – 28 % sparen:

3 Ausgaben portofrei für nur 11,20 €

Ohne Risiko:

Nach 3 Ausgaben jederzeit kündbar

Ja, ich möchte die Vorteile von »essen & trinken« kennenlernen.

Jetzt bestellen!

 www.essen-und-trinken.de/miniabo

 **0 25 01/8 01 43 79**

Bitte Bestellnummer angeben: 026M046



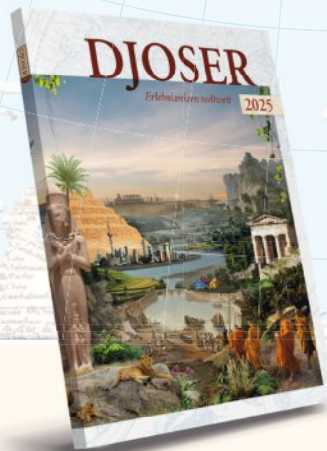
DJOSER



Erlebnisreisen weltweit



*Katalog bestellen?
www.djoser.de
0221 920 15 80
oder QR-Code scannen*



Djoser Reisen
200 Seiten voll großartiger
Reiseinspirationen



Djoser Family
Entdeckt die Welt mit
euren Kindern

