

# So schmeckt Omas Küche



58  
REZEPTE



Käsestreusel mit  
Eierlikör SEITE 113



MARMORKRANZ

Puddingschnitten

RHABARBER-KUCHEN

Kuhflecken-Nocken

NUSSROLLE

# HERRLICH EHRLICH!

Lieb gewonnene Rezept-Originales,  
die man immer wieder gern kocht

Rouladenbraten  
Linsen-Kartoffel-Töpf  
WIENER TAFELSPITZ  
Makkaroni-Auflauf  
PFÄLZER DAMPNUDELN

Deutschland 6,90 €  
Österreich 7,60 €  
Schweiz 11,00 SFR  
ISBN: 978-3-98847-037-3



02  
4 192555 606908

Passt zu den Gerichten von  
Seite 1 bis Seite 114



So schmeckt die Pfalz:  
Grauburgunder GREYT! und Blanc de Noir WHITE NOISE  
von Tina Pfaffmann – für jeweils unglaubliche 9,90 €  
unter [eatclub.de/shop](http://eatclub.de/shop)

EAT CLUB  
Taste-Collection





Jessika Brendel  
Chefredakteurin

# UNSERE LIEBSTEN WEISST-DU- NOCH-ESSEN



Liebe Leserinnen und Leser,

der warme und süße Duft von Apfelpfannkuchen knipst bei mir direkt einen inneren Kinofilm an: Ich klettere mit meinem Kuschelhasen Momo auf einen Stuhl in Omas Küche und warte ungeduldig auf das erste Exemplar. Das ging natürlich immer „kaputt“, und ich konnte vor allen anderen davon naschen.

Für solche durch bestimmte Gerüche ausgelösten Flashbacks gibt es sogar einen Namen: Proust-Effekt. Der französische Schriftsteller Marcel Proust beschrieb dieses Phänomen in seinem Werk „Auf der Suche nach der verlorenen Zeit“. Darin erzählt er, wie der Duft eines in Blütentee getauchten Madeleines ihn ganz unerwartet an seine Tante Leonie erinnerte.

Der Duft ist das eine. Der Geschmack wiederum eine ganz andere Herausforderung. Auch wenn ich schon zigmals versucht habe, Omas Apfelpfannkuchen nachzubasteln: Sie sind gut, aber nicht gut genug! Und ja, nach dem Rezept hatte ich schon vor Jahren gefragt. Gibt aber keins: „Das mach ich nach Gefühl.“ Am nächsten bin ich dem Geschmack einmal gekommen, als mir der Pfannkuchen fast angebrannt war.

Die süßen und herzhaften Weißt-du-noch-Gerichte von Ragout fin bis Quarkknödel auf den folgenden Seiten sind durch vereinte Teamarbeit mit vielen persönlichen Erinnerungen und ganz viel Liebe gemacht. Und ganz nah an den Originalen unserer Omis!



© SWATCH DEUTSCHLAND

LARISSA BERTONASCO, die Illustratorin dieser Ausgabe, arbeitet in Hamburg in ihrem Ladenatelier auf St. Pauli oder in Italien, wo sie auch regelmäßig kreative Kurse anbietet.

Larissa zeichnet gern analog und digital, macht Lichtprojektionen, Murals und Graphic Recording und ist außerdem Teil des Künstlerkollektivs Spring.

Ihre

*Jessika Brendel*



Besuchen Sie uns auf Instagram

Immer was los im EAT CLUB:  
Hier teilt die Redaktion Insights,  
News und noch mehr Foodporn

@so.schmeckt



Von Insider-Restauranttipps  
für Palma de Mallorca oder  
Amsterdam bis zum unkomplizierten Mittagessen-Auf-  
tischen: Es dreht sich alles  
um die beste Beschäftigung  
der Welt: essen!

@jessika.brendel



# Inhalt



S. 13



S. 14



S. 48

## 8 HEIMWEHKÜCHE

Steckrüben-Kasseler-Pott, Kartoffelröster mit Eiersalat und Roastbeef, Hefebuchteln ...

## 28 OHNE KLOSS NICHTS LOS

Quarkklöße in Butterbröseln, Semmelknödelsalat, Laugenknödelmedaillons ...

## 54 AROUND THE WORLD

Köttbullar in Pilzrahm, gefüllte Weinblätter, Sauerkraut-Pilz-Pierogi, Tafelspitz ...

## 72 SONNTAGSESSEN

Hähnchen-Ragout-fin, Rouladen mit Rotkohl-Speck-Füllung, Königsberger Klopse ...

## 94 KAFFEEKRÄNZCHEN

Fruchtiger Drei-Schicht-Käsekuchen, Puddingschnitten, Mandarinen-Nuss-Kuchen ...



## 50 OMI-INITIATIVEN

Von Pop-up-Projekt bis Pension: Was die Gen Granny so alles auf die Beine stellt

## 70 LIEBLINGE DER REDAKTION

Für die gute Stube: Kitsch und Köstliches von damals

## STANDARDS

- 6** Rezeptübersicht
- 111** Impressum
- 114** Vorschau auf „So schmeckt Airfryer“



# So schmeckt Omas Küche



## DEFTIGE UMARMUNGEN

&

## CREMIG- SÜSSE SEELENWÄRMER



Oma Wandas Sauer-  
kraut-Pilz-Pierogi  
S. 67



Tafelspitz  
mit Rahmwindling  
S. 69



Pilzbouillon mit feinen  
Wildbrätklößchen  
S. 74



Opa Peters liebste  
Kartoffelsuppe  
S. 76



Terrine „Von Champignon bis Steinpilz“  
S. 77



Rindfleischsuppe mit  
feinen Suppennudeln  
S. 78



Hähnchen-Ragout-fin  
in Königinpasteten  
S. 79



Königin-  
pasteten  
S. 80



Rouladenbraten „Ge-  
stapelt, nicht gerollt“  
S. 81



Kalbschnitzel  
an Kartoffelsalat  
S. 82



Rouladen mit  
Rotkohl-Speck-Füllung  
S. 85



Königsberger Klopse  
mit Rote-Bete-Salat  
S. 86



Buletten mit Rahm-  
kohlrabi und Stampf  
S. 88



Schweinsbraten mit  
Kruste und Kraut  
S. 89



Beschwipste  
Kuhflecken-Nocken  
S. 91



Rote Grütze  
mit Vanillesoße  
S. 92



Griessflammeri unter  
Brombeercompott  
S. 93



Nussrolle mit Preisel-  
beer-Joghurt-Füllung  
S. 96



Rhabarberkuchen  
mit Vanillebaiser  
S. 99



Käsekuchen mit Apri-  
kosen aus der Dose  
S. 100



Marmorkranz  
im Zebrastreifenlook  
S. 101



Kokos-Kirsch-  
Gugelhupf  
S. 103



Mandarinen-Nuss-  
Kuchen  
S. 104



Ananas-Buttermilch-  
Kuchen  
S. 106



Schokopudding-  
schnitten mit Sahne  
S. 107



Fruchtiger Dre-  
Schicht-Käsekuchen  
S. 109



Stachelbeertarte  
mit Schmandguss  
S. 110



Käsekuchen mit  
Äpfeln und Eierlikör  
S. 113





# Heimweh- küche

Jetzt iss erst mal was,  
mein Schatz!



## TITEL- REZEPT

### GEBORGEN IM NORDEN

Hackbraten und Kartoffelpüree, das sorgt auch im Rest von Deutschland für Wohlfühlmomente. „Gestovtes“ ist typische Hausmannskost aus Schleswig-Holstein. Dafür wird eine béchamelähnliche Soße gemacht, in der klein geschnittenes Gemüse (von Kohlrabi bis Wirsing) oder vorgegarte Kartoffeln köcheln.



# KLEINE RÄUBER-HACKBRÄTEN

## mit Pü und gestoßenen Möhren

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE

- **2 Zwiebeln**
- **500 g gemischtes Hack**
- **50 g Semmelbrösel**
- **1 TL mittelscharfer Senf**
- **Salz, Pfeffer**
- **1 TL Knoblauchpulver**
- **8 Scheiben Bacon**  
(Frühstücksspeck)
- **500 g Möhren**
- **100 g Champignons**
- **800 g Kartoffeln**
- **2 EL Öl**
- **1 Glas Bratenfond** (500 ml)
- **2 TL Mehl**
- **200 g Schlagsahne**
- **250 ml Gemüsebrühe**
- **200 ml Milch**
- **2 EL Butter**
- **geriebene Muskatnuss**
- **4 Stiele Petersilie**

**Pro Portion**

ca. 39 g E, 47 g F, 51 g KH, 785 kcal

**1** Zwiebeln schälen, fein würfeln. Hälften Zwiebeln, Hack, Semmelbrösel, Senf, 1 TL Salz, Pfeffer und Knoblauch glatt verkneten. Masse vierteln, Portionen jeweils oval formen und flach drücken. Auf je 2 Speckscheiben legen und darin einrollen.

**2** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 160 °C/Umluft: 140 °C). Möhren schälen und waschen. 2 Möhren klein würfeln, den Rest in Scheiben schneiden. Pilze putzen, klein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Kartoffeln in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen.

**3** In einer großen Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Hackbraten darin rundherum anbraten. In einer Auflaufform 10–15 Minuten im heißen Ofen zu Ende garen. Restliche Zwiebeln, Möhrenwürfel und Pilze im heißen Bratfett kräftig anbraten. Mit Bratenfond und 200 ml Wasser ablöschen, aufkochen und bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten köcheln.

**4** In einem Topf 1 EL Öl erhitzen, Möhrenscheiben darin andünsten. Mit 1 TL Mehl bestäuben, unter Rühren anschwitzen. 100 g Sahne und Brühe nach und nach unterrühren. Möhren in der Soße ca. 8 Minuten garen.

**5** Inzwischen Milch und Butter in einem Topf erhitzen. Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse in die heiße Milchmischung drücken, glatt rühren. Püree mit Salz und Muskat abschmecken.

**6** Soße durch ein Sieb in einen weiten Topf gießen. 1 TL Mehl und 100 g Sahne glatt rühren. Soße aufkochen, Mehlmischung einrühren und ca. 3 Minuten köcheln lassen. Soße abschmecken, Hackbraten kurz darin ziehen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen fein hacken. Möhren mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Hackbraten, Soße und Kartoffelpüree anrichten, mit Petersilie bestreuen. Dazu schmeckt Gurkensalat.



# STECKRÜBEN-KASSELER-POTT

## für Schietwetter und andere Miseren

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN

- 300 g Möhren
- 250 g Knollensellerie
- 400 g Kartoffeln
- 600 g Steckrübe
- 2 Zwiebeln
- 1 EL Öl
- 1 1/2 l Gemüsebrühe
- 1 Lorbeerblatt
- 500 g ausgelöster Kasseler-lachs (aus dem Rücken)
- Salz, Pfeffer
- geriebene Muskatnuss
- 2 Stiele Petersilie

Pro Portion

ca. 27 g E, 6 g F, 30 g KH, 300 kcal

**1** Möhren und Sellerie putzen, schälen und klein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls klein würfeln. Steckrübe schälen und in etwas größere Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und fein würfeln.

**2** Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Restliches Gemüse zufügen und kurz anschützen. Mit Gemüsebrühe ablöschen, Lorbeer zufügen. Aufkochen und zugedeckt ca. 25 Minuten bei kleiner Hitze garen.

**3** Kasseler würfeln, in den letzten ca. 5 Minuten im Eintopf erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen fein hacken. Lorbeer entfernen, Eintopf beim Anrichten mit Petersilie bestreuen.

## WÄRMENDES FÜR MAGEN, SEELE UND ERINNERUNG

Von Steckrübeneintopf gibt's in Norddeutschland (fast) so viele Varianten wie Omis – etwa mit klassischem Suppengemüse, als Wurzeleintopf mit Möhren und Pastinaken, zusätzlich mit Speck oder Mettenden, mit Sahne oder Weißwein, mit Apfelstücken ... Alternative für alle südlich des Steckrübenäquators: Statt Steckrüben eignen sich auch Sellerieknolle, Kohlrabi oder halb Möhren, halb Kartoffeln.



# KRÄUTER-KARTOFFELRÖSTER

## mit Eiersalat und Roastbeef

FÜR 4 PORTIONEN //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN + WARTEZEIT





- **800 g festkochende Kartoffeln**
- **6 Eier**
- **6 Cornichons (Glas)**
- **200 g Salatmayonnaise**
- **2 EL körniger Senf**
- **2 TL Apfelessig**
- **Salz, Pfeffer**
- **1 Prise Zucker**
- **1 Zwiebel**
- **3 Zweige Rosmarin**
- **½ Bund Schnittlauch**
- **3 EL Öl**
- **2 EL Butter**
- **400 g Roastbeifaufschmitt**

**Pro Portion**

ca. 47 g E, 50 g F, 35 g KH, 820 kcal



**1** Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser 20–25 Minuten garen. Abgießen, abschrecken und pellen. Kartoffeln auskühlen lassen.

**2** Für den Eiersalat Eier ca. 10 Minuten kochen. Abschrecken, pellen und auskühlen lassen. Cornichons abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Mayonnaise mit Senf und Essig verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Eier fein würfeln, mit Gurken unter die Mayonnaise heben und kalt stellen.

**3** Zwiebel schälen und fein würfeln. Rosmarin waschen, trocken schütteln, Nadeln abstreifen und fein hacken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Kartoffeln in Scheiben schneiden.

**4** Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten knusprig braten, dabei möglichst selten wenden. Zwiebel und Rosmarin zugeben, weitere ca. 2 Minuten braten. Butter in Stückchen zugeben, schmelzen lassen und ca. 1 Minute weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Bratkartoffeln mit Roastbeef und Eiersalat anrichten. Mit Schnittlauch bestreuen.

**„GUT DING WILL WEILE HABEN“**

So mahnte früher die Großmutter, wenn wir ungeduldig die ersten Kartoffeln aus der Pfanne picken wollten. Heute wissen wir, wie recht sie hatte, denn knusprige Bratkartoffeln brauchen vor allem: Zeit! Nicht nur weil die Knollen vorher richtig auskühlen sollten, sondern auch beim Braten ist Geduld gefragt. Daher am besten bei mittlerer Hitze eventuell sogar portionsweise oder in zwei Pfannen braten. Und erst wenden, wenn die Scheiben von einer Seite gut gebräunt sind, das verhindert „Matschkartoffeln“.

# OMA ELSES „SCHNÜSCH“

## (norddeutsches Gemüsedurcheinander)

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN



- **2 EL Mehl**
- **geriebene Muskatnuss**
- **½ Bund Petersilie**
- **½ Bund Schnittlauch**
- **150 g Katenschinken**  
(in Scheiben)

### Pro Portion

ca. 18 g E, 12 g F, 50 g KH, 435 kcal

und Béchamel ca. 5 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Gemüse kurz darin erhitzen. Kräuter waschen, trocken schütteln, fein hacken beziehungsweise in Röllchen schneiden, auf den Eintopf streuen. Schinken in Stücke schneiden, mit dem Eintopf anrichten.

- **200 g Bohnen** (z. B. Schneidebohnen oder TK-Brechbohnen)
- **200 g TK-Dicke-Bohnen**
- **Salz, Pfeffer**
- **300 g Möhren**
- **500 g Kohlrabi**
- **500 g Kartoffeln**
- **150 g TK-Erbsen**
- **ca. 200 ml Milch**
- **2 EL Butter**

**1** Bohnen waschen, putzen und in Stücke schneiden. Mit Dicken Bohnen in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten garen. Abgießen, abschrecken, abtropfen lassen. Bohnenkerne nach Belieben aus den Häuten drücken. Möhren und Kohlrabi putzen, schälen und klein schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln.

**2** Kartoffeln in einem großen Topf in knapp 1 l Salzwasser ca. 12 Minuten kochen. Möhren und Kohlrabi ca. 10 Minuten, grüne Bohnen ca. 6 Minuten mitgaren. Dicke Bohnen und Erbsen ca. 3 Minuten vor Ende der Garzeit zugeben. Gemüse abgießen, Garflüssigkeit dabei auffangen und mit Milch auf 1 l auffüllen.

**3** Butter im Topf erhitzen. Mehl darüberstäuben und unter Rühren darin hell anschwitzen. Milchmix unter Rühren zugießen, aufkochen



### FISCHLOS IN BÜSUM

„Den Namen Schnüschen hab ich mir nicht ausgedacht, das Gericht heißt wirklich so! Der Quer-durch-den-Garten-Eintopf aus jungem Gemüse ist ein typisches Sommeressen. Ganz untypisch für Büsum: Oma Else schnippelte Katschinken rein. Vermutlich weil ich Hering früher ,bäh' fand.“

**Jessika,**  
die auf jede Art von Gemüse-  
durcheinander steht



# SEELENWÄRMER-HEFEBUCHTELN

## mit Oma Gertis Lieblingsfüllung

FÜR 12 STÜCK // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT



- **375 g + etwas Dinkelmehl**  
(Type 630)
- **50 g Zucker**
- **1 Prise Salz**
- **½ Würfel Hefe** (ca. 21 g)
- **75 g + etwas + 3 EL weiche Butter**
- **150 ml Milch**
- **2 Eier** (Größe M)

- **ca. 150 g Pflaumenkonfitüre oder Pflaumengrütze**
- **1–2 EL Puderzucker**

Pro Stück

ca. 6 g E, 10 g F, 36 g KH, 260 kcal

**1** 375 g Mehl, Zucker und Salz mischen. Hefe darüberbröseln. 75 g Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Milch zugießen, vom Herd nehmen. Mit Eiern zum Mehl-mix geben und glatt verkneten. Teig zugedeckt 45–60 Minuten gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

**2** Eine Auflaufform (ca. 25 × 30 cm) fetten. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche in 12 Portionen teilen und jeweils zu runden Kugeln rollen. Kugeln flach drücken und jeweils 1–2 TL Konfitüre in die Mitte geben. Teig über der Füllung zusammen-drücken, rund formen und in die Form legen. Zugedeckt weitere ca. 30 Minuten ruhen lassen.

**3** Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft: 160 °C). 3 EL Butter schmelzen, Buchteln damit bestreichen und im heißen Ofen ca. 30 Minuten goldbraun backen. Etwas abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben. Dazu schmeckt Vanille- soße (Rezept auf Seite 90).



# OMA KÄTHES PFÄLZER DAMPNUDELN

## zu Grumbeersupp\*

FÜR 4 PORTIONEN //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

### Für die Dampfnudeln

- ½ Würfel Hefe (ca. 21 g)
- 35 g Zucker
- 25 g Butter
- 100 ml Milch
- 250 g + etwas Mehl
- 1 Eigelb (Größe M)
- Salz
- 2 EL Butterschmalz

### Für die Suppe

- 2 Möhren
- 250 g Knollensellerie
- 800 g Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 EL Öl
- 1 ¼ l Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer

#### Pro Portion

ca. 16 g E, 13 g F, 88 g KH, 540 kcal

**1** Hefe in eine Schüssel bröseln und mit Zucker flüssig rühren. Butter in einem kleinen Topf schmelzen, vom Herd ziehen und Milch zugießen. 250 g Mehl, Eigelb, 1 Prise Salz, Hefe und Milchmix mindestens 5 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.

**2** Teig kurz durchkneten. In 8 Stücke teilen. Zu Kugeln formen und zugedeckt auf bemehlter Fläche weitere ca. 30 Minuten gehen lassen.

**3** Für die Suppe inzwischen Möhren und Sellerie putzen, schälen und klein schneiden. Kartoffeln waschen, schälen und in Stücke schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Möhren, Sellerie und Kartoffeln zufügen. Brühe zugießen, alles aufkochen und zugedeckt ca. 25 Minuten weich garen.

**4** Eine große Pfanne mit hohem Rand und Glasdeckel erhitzen. Schmalz darin schmelzen und ca. 1 TL Salz gleichmäßig einstreuen. Dampfnudeln mit etwas Abstand in die Pfanne setzen. Vorsichtig vom Pfannenrand aus kaltes Wasser angießen, bis es ca. 1 cm hoch in der Pfanne steht. Glasdeckel aufsetzen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten backen, bis das Wasser verdampft ist und es in der Pfanne leise „knistert“.

**5** Deckel der Pfanne zügig abnehmen, sodass kein Wasser auf die Dampfnudeln tropft. Nach Belieben die Dampfnudeln wenden (die Unterseite muss knusprig-braun sein) und von der anderen Seite kurz

braun braten. Suppe fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Dampfnudeln anrichten.



### SCHWESTERNRIVALITÄT

„Ich weiß, für alle Nicht-Pfälzer ist das 'ne ziemlich ungewöhnliche Kombi. Aber ich hab sie geliebt! Meine Schwester und ich haben uns schon tagelang auf Oma Käthes Dampfnudeln gefreut. Und lieferten uns regelmäßig Wettessen, wer mehr verdrücken kann. Mein alter Rekord liegt bei sieben Stück. Würde ich heute nicht mehr ansatzweise schaffen!“

**Myriam,**  
die das Dampfnudel-  
wettessen heute ihrer  
Tochter überlässt

\*Kartoffelsuppe



# RASSELBANDEN-JÄGERSCHNITZEL

## an hausgemachten Spätzle

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¼ STUNDEN



- **300 g + 5 EL Mehl**
- **5 Eier** (Größe M)
- **Salz, Pfeffer**
- **250 ml + 2 EL Öl**  
(geeignet zum Frittieren)
- **2 Zwiebeln**
- **200 g Champignons**
- **1 EL Butter**
- **ca. 300 ml Fleischbrühe**
- **100 g Schlagsahne**

- **4 dünne Schweineschnitzel**  
(ca. 500 g)
- **ca. 80 g grobe Semmelbrösel**  
(z. B. Panko)
- **4 EL Butterschmalz**
- **3 Stiele Petersilie**
- **4 EL Wildpreiselbeeren** (Glas)

**Pro Portion**

ca. 52 g E, 41 g F, 92 g KH, 950 kcal

je nach Größe halbieren oder in dicke Scheiben schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin unter Wenden anbraten und herausnehmen. Butter in einem Topf erhitzen, 1 EL Mehl darüberstäuben, kurz anschwitzen. Brühe unter Rühren angießen, aufkochen. Sahne und Pilze zufügen und ca. 5 Minuten köcheln.

**4** Reichlich Salzwasser in einem großen Topf erhitzen. Spätzleteig in 2-3 Portionen durch eine Spätzlepresse ins Wasser drücken. Einmal aufkochen und mit einer Schaumkelle herausheben. Gut abgetropft in eine ofenfeste Schüssel geben, im vorgeheizten Ofen (80 °C) warm halten.

**5** Schnitzel trocken tupfen, eventuell flacher klopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Erst in 2 EL Mehl, dann in 2 verquirlten Eiern und zum Schluss in den Bröseln wenden. Butterschmalz in zwei Pfannen erhitzen. Schnitzel darin 5-6 Minuten von beiden Seiten goldbraun braten.

**6** Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blätter grob hacken. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spätzle, Schnitzel, Soße, Preiselbeeren und Röstzwiebeln anrichten. Mit Petersilie bestreuen.

**1** Für die Spätzle 300 g Mehl, 3 Eier, 1 TL Salz und 150 ml Wasser mit einem Holzlöffel oder dem Handrührgerät zum zähflüssigen Teig schlagen, dabei eventuell noch 1-2 EL Wasser zugeben. Sobald sich kleine Bläschen bilden, Teig abgedeckt mindestens 20 Minuten ruhen lassen.

**2** Inzwischen 250 ml Öl in einem weiten Topf erhitzen. Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Mit 2 EL Mehl mischen und im heißen Öl portionsweise goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, mit Salz würzen.

**3** Für die Soße Champignons putzen,

# Auf Ländlelevel sauer gebeizter LINSEN-KARTOFFEL-TOPF

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN + WARTEZEIT



- 250 g Tellerlinsen
- 1 Zwiebel
- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 EL Öl
- 1 l Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- 1 Lorbeerblatt
- 2 große Möhren (ca. 300 g)
- 800 g festkochende Kartoffeln
- ½ Bund Lauchzwiebeln

- ca. 2 EL Apfelessig
- Zucker
- 4 EL saure Sahne

Pro Portion

ca. 21 g E, 9 g F, 68 g KH, 440 kcal

**1** Linsen in einem Sieb waschen und 6–8 Stunden in kaltem Wasser einweichen. Abgießen, abtropfen lassen.

**2** Zwiebel schälen, fein würfeln. Sellerie waschen, putzen und fein würfeln. Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsen. Sellerie zugeben, kurz mitdünsen. Linsen zugeben, Brühe angießen. Mit Salz, Pfeffer und Lorbeer würzen. Aufkochen und zugedeckt ca. 10 Minuten garen.

**3** Inzwischen Möhren putzen, schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Stücke schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Möhren und Kartoffeln zu den Linsen geben und weitere 15–20 Minuten weich garen. Lauchzwiebeln die letzten 3–5 Minuten mitgaren.

**4** Linseneintopf mit Essig, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit je 1 EL saurer Sahne anrichten. Dazu schmeckt Brot.



**DIE LINSENFRAGE:  
ÜBERHOLT  
ODER UP TO DATE?**

Einweichen – ja oder nein? Kurz: Notwendig ist es nicht, bringt aber mehrere Vorteile. Es braucht weniger Garzeit, was Energie und CO<sub>2</sub> spart. Wir finden außerdem, dass eingeweichte Linsen beim Kochen weniger zerfallen. Und außerdem sollen sie so bekömmlicher sein. Aufgepasst! Säure (nicht Salz) erst zugeben, wenn sie gar sind. Sonst bleiben sie hart.





# „WIE DAS DUFTET!“-HÜHNERSUPPE

## mit kleinen Nudeln

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN

- **2 Zwiebeln**
- **4 Möhren** (ca. 400 g)
- **2 Hähnchenkeulen**  
(à ca. 250 g)
- **Salz, Pfeffer**
- **2 Lorbeerblätter**
- **2 TL Pfefferkörner**
- **250 g Knollensellerie**
- **150 g Staudensellerie**
- **150 g kleine Nudeln**  
(z. B. Risoni)
- **2 EL Öl**
- **1–2 EL Zitronensaft**
- **4 Stiele Petersilie**

**Pro Portion**

ca. 30 g E, 17 g F, 33 g KH, 420 kcal

**1** 1 Zwiebel schälen und vierteln. 1 Möhre putzen, waschen und in Stücke schneiden. Beides mit Hähnchenkeulen in einen Topf geben. 1 ½ l Wasser zugießen. 2 TL Salz, Lorbeerblätter und Pfefferkörner zufügen. Alles aufkochen, bei schwacher Hitze ca. 1 Stunde köcheln.

**2** Inzwischen 3 Möhren und Knollensellerie putzen, schälen und klein würfeln. Staudensellerie waschen, putzen und in Scheiben schneiden. 1 Zwiebel schälen, fein würfeln. Nudeln nach Packungsanleitung in kochendem Salzwasser garen. Abgießen und kalt abschrecken.

**3** Hähnchenkeulen aus der Brühe nehmen, etwas abkühlen lassen. Brühe durch ein Sieb gießen und auffangen. Öl in einem großen Topf erhitzen, vorbereitetes Gemüse darin andünsten. Brühe zugießen und alles ca. 10 Minuten köcheln.

**4** Haut von den Keulen abziehen. Fleisch von den Knochen lösen und klein zupfen. Nudeln und Fleisch zur Suppe geben, kurz darin erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen fein hacken. Suppe damit bestreuen.

### BUCHSTABENSUPPE?

Die Nudeln, die mehr wie Reis aussehen, heißen in Italien Risoni oder Orzo, die Griechen nennen sie Kritharaki. Ihr Vorteil gegenüber der aus Kindertagen bekannten Suppennudel: Es löffelt sich kleckerfrei, und der Nudelkern ist länger bissfest, sodass sie nicht so schnell verkochen. Auch praktisch für Pastasotto oder Salate.

– Heimatküche vegetarisch –

# EIN LECKERES STÜCK

Kann man Heimat schmecken?  
Und wie! Da ist sich Anne-Katrin Weber sicher. Die gelernte Köchin, Foodstylistin, Ernährungswissenschaftlerin und Autorin verrät in ihrem neuesten Geniestreich:

“ MIT MEINEM KOCHBUCH MÖCHTE  
ICH ERINNERUNGEN WECKEN  
AN SCHÖNE MOMENTE MIT FAMILIE  
UND FREUNDEN. UND NATÜRLICH  
SCHWINGT AUCH EIN BISSCHEN  
NOSTALGIE MIT! ”

DIE GERICHTE SPIEGELN SEHNSUCHT  
WIDER – NACH EHRLICHEM  
ESSEN, FRISCHEM GEMÜSE DIREKT  
VOM ACKER, ECHTEN LEBENS-  
MITTELN, DIE IHREM NAMEN ALLE  
EHRE MACHEN. ”  
UND NACH HEIMELIGKEIT. ”



Doch den ganzen Geschmack unserer Leibspeisen von früher – deren Hauptkomponente meist Fleisch war – vegetarisch einzufangen, das geht?

Natürlich. Wenn man althergebrachte Gerichte behutsam modernisiert und aus heimischen Zutaten zeitgemäße Wohlfühlessen kreiert. Die könnten sicherlich selbst den traditionsbewusstesten Großeltern nicht wohler mundet.

Drei, die den „Eigentlich noch besser als damals“-Test mit Bravour bestehen, haben wir für Sie in dieses Kapitel gepackt.

# ZUHAUSE

# HIMMEL UN ÄÄD

## (mal ohne Wurst)

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 35 MINUTEN



### Für die „Erde“

- 1,5 kg mehligkochende Kartoffeln
- ca. 250 ml Milch
- 2 EL Butter
- Salz, schwarzer Pfeffer (Mühle)
- geriebene Muskatnuss

### Für den „Himmel“

- 4–5 Zwiebeln
- 4 EL Öl
- 4 säuerliche Äpfel
- 2–3 Stiele glatte Petersilie
- 2 EL Majoranblättchen

- **Salz, schwarzer Pfeffer** (Mühle)
- **ca. 3 EL Apfelessig**
- **ca. 2 EL milder Honig**

Pro Portion

ca. 11 g E, 11 g F, 79 g KH, 467 kcal

**1** Für die „Erde“ Kartoffeln schälen, waschen und grob würfeln. In einem Topf knapp mit Wasser bedeckt aufkochen, 15–20 Minuten weich garen. Abgießen, in den Topf zurückgeben und grob stampfen. Milch erhitzen, mit Butter zu den Kartoffeln geben, gut verrühren. Kartoffelpüree mit Salz, Pfeffer und 2 Prisen Muskatnuss würzen. Abgedeckt warm halten.

**2** Für den „Himmel“ Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebeln darin ca. 10 Minuten langsam weich und goldbraun schmoren.

**3** Inzwischen Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in dünne Spalten schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und grob hacken. Majoran fein hacken. Äpfel zu den Zwiebeln geben und zusammen 2–3 Minuten garen (sie sollen weich sein, aber nicht zerfallen). Majoran

unterrühren. Zwiebel-Apfel-Gemüse mit Salz, Pfeffer, Apfelessig und Honig abschmecken.

**4** Püree durchrühren und auf Teller verteilen. Das Zwiebel-Apfel-Gemüse darauf anrichten und die Petersilie darüberstreuen.



### VEGETARISCHER STAMMBAUM

Man könnte meinen, „Himmel und Erde“ hieße so, weil das traditionsreiche Gericht so himmlisch schmeckt. Das tut es zwar, der Name soll aber von den Zutaten herrühren. Die Kartoffeln stehen für die Erde, aus der sie kommen, die Äpfel für den Himmel, da sie weit oben am Baum hängen. Für diese Veggie-Variante schmoren Äpfel mit viel Zwiebeln, so schmeckt das aus Westfalen stammende Gericht auch ohne Wurst herrlich deftig.



# FELDSALAT mit Handkäse und Apfel- vinaigrette

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREI-  
TUNGSZEIT CA. 20 MINUTEN

## Für die Apflevinaigrette

- 150 ml Apfelsaft
- 4 EL Apfelessig
- 1 ½ EL Honig
- 3 EL Öl (z. B. Rapsöl)
- 3 EL Hasel- oder Walnussöl
- Salz, schwarzer Pfeffer (Mühle)
- 1 rote Zwiebel
- 1 säuerlicher Apfel

## Für den Salat

- 2 EL Haselnusskerne
- 2-3 Handvoll Feldsalat
- 300 g Handkäse

### Pro Portion

ca. 23 g E, 19 g F, 13 g KH, 315 kcal

## WO SPIELT DIE MUSIK?

Handkäse hat seinen Ursprung im Rhein-Main-Gebiet. Der Sauermilchkäse ist reich an Eiweiß und arm an Fett. Traditionell wird er „mit Musik“, der berühmt-berüchtigten Zwiebelmarinade, angerichtet. Hier bekommt er eine aromatische Apflevinaigrette, Feldsalat und geröstete Haselnüsse zur Seite – das macht aus dem deftigen Käse eine feine Delikatesse.



**1** Für die Apflevinaigrette Apfelsaft auf 5–6 EL einkochen. In einer Schüssel mit Apfelessig, Honig und beiden Ölsorten verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

**2** Inzwischen Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Apfel waschen, vierteln, entkernen und in feine Würfel schneiden, Zwiebeln und Apfel unter die Vinaigrette rühren.

**3** Für den Salat Haselnüsse grob hacken, in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten und abkühlen lassen. Feldsalat putzen, waschen und trocken schleudern. Käse in dünne Scheiben schneiden. Salat und Käse auf Tellern anrichten, mit Apflevinaigrette beträufeln und mit Haselnüssen bestreuen.



# SCHUPFNUDELN mit Apfel- sauerkraut

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREI-  
TUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN

## Für die Schupfnudeln

- 800 g mehligkochende Kartoffeln
- 250–300 g + etwas Weizenmehl (Type 550)
- Salz, schwarzer Pfeffer (Mühle)
- geriebene Muskatnuss
- 2–3 EL Öl

## Für das Apfelsauerkraut

- 1 Zwiebel
- 200 g Räuchertofu
- 2 säuerliche Äpfel
- 2 EL Öl
- 1 TL Kümmelsamen
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Majoran
- 750 g Sauerkraut

## - Salz, schwarzer Pfeffer

(Mühle)

## - 2–3 Stiele Petersilie

### Pro Portion

ca. 25 g E, 12 g F, 83 g KH, 586 kcal

**4** Schupfnudeln portionsweise ins siedende Wasser geben. Sobald das Wasser wieder kocht und die Schupfnudeln an die Oberfläche steigen, Hitze reduzieren und ca. 2 Minuten gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und auf ein Küchentuch geben. Die übrigen Schupfnudeln ebenso garen.

**5** 2–3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, Schupfnudeln darin runderum 3–4 Minuten goldbraun anbraten. Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und unter das Apfelsauerkraut heben. Sauerkraut mit Salz und Pfeffer abschmecken, auf Teller verteilen, Schupfnudeln daneben anrichten.

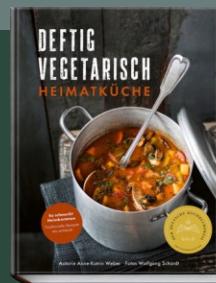
**1** Für die Schupfnudeln Kartoffeln waschen, knapp mit Wasser bedeckt aufkochen und 20–25 Minuten weich kochen. Abgießen, pellen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder fein zerstampfen. So viel Mehl unterkneten, bis die Masse formbar ist. Dann mit Salz, Pfeffer und 2 Prisen Muskatnuss würzen.

**2** Inzwischen für das Sauerkraut Zwiebel schälen und fein würfeln. Tofu fein würfeln. Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Spalten schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Tofu darin anbraten, bis beides leicht gebräunt ist. Äpfel und Kümmel zugeben, kurz mit anbraten. 250 ml Wasser angießen, Lorbeer, Majoran und Sauerkraut dazugeben, das Kraut mit einer Gabel auflockern. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten dünsten.

**3** Reichlich Salzwasser aufkochen. Schupfnudelteig halbieren, jede Portion auf leicht bemehlter Fläche zu einer ca. 2 cm dicken Rolle formen und in fingerbreite Stücke schneiden. Teigstücke auf der Arbeitsfläche oder zwischen den Händen zu fingerlangen, an den Enden leicht spitz zulauenden Würstchen formen.

## ALLES ÜBUNGSSACHE

Das Formen der Schupfnudeln – in Schwaben heißen sie übrigens „Bubespitzla“ – geht mit etwas Übung ganz flott von der Hand. Perfekter Zeitvertreib für einen Sonntagvormittag!



„DEFTIG  
VEGETARISCH.  
HEIMATKÜCHE“  
VON ANNE-KATRIN  
WEBER MIT FOTOS  
VON WOLFGANG  
SCHARDT IST  
IM BECKER JOEST  
VOLK VERLAG  
ERSCHIENEN  
(192 SEITEN,  
32 €).



Ohne  
Kloß  
nichts los

Klöße und Knödel  
aller Art





# OMA WANDAS SCHLESIISCHE KLÖSSCHEN

## mit Puten-Rahmgeschnetzeltem

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN + WARTEZEIT

- 1 kg **mehligkochende Kartoffeln**
- 1 **Zwiebel**
- 350 g **Champignons**
- 500 g **Putenbrust**
- **Salz, Pfeffer**
- 1 **Ei** (Größe M)
- 200 g **Kartoffelmehl**
- 2 EL **Öl**
- 1 EL **Mehl**
- 200 g **Schlagsahne**
- 300 ml **Gemüsebrühe**
- 2 TL **mittelscharfer Senf**
- 2 **Stiele Petersilie**
- 2 **Stiele Dill**

### Pro Portion

ca. 42 g E, 23 g F, 85 g KH, 730 kcal

**1** Kartoffeln waschen, in kochendem Wasser je nach Größe 25–30 Minuten weich garen. Abgießen, kalt abschrecken und pellen. Noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken und auskühlen lassen. Inzwischen für das Geschnetzelte Zwiebel schälen und fein würfeln. Pilze putzen, halbieren oder vierteln. Fleisch trocken tupfen, in Streifen schneiden.

**2** Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. 1 TL Salz, Ei und Kartoffelmehl zu den Kartoffeln geben und zu einem glatten Teig verkneten. Etwa walnussgroße Stücke abnehmen und zu Kugeln formen. Etwas flach drücken, mit dem Daumen eine Vertiefung in die Mitte drücken. Klöße portionsweise ins siedende Wasser geben. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, weitere 3 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen, warm stellen.

**3** Öl in einer Pfanne erhitzen, Fleisch darin kräftig anbraten. Zwiebel und Pilze zufügen, 2–3 Minuten mitbraten. Mit Mehl bestäuben, kurz anschwitzen. Mit Sahne und Brühe unter Rühren ablöschen. 2–3 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer und Senf abschmecken.

**4** Kräuter waschen, trocken schütteln und hacken. Geschnetzeltes mit Klößen anrichten, mit Kräutern bestreuen. Dazu schmecken Preiselbeeren.



### MIT ESSEN SPIELT MAN DOCH

„Die Klöße fand ich schon immer besonders hübsch. Das Fleisch dazu interessierte mich als Kind aber null. Ich wollte nur die Löcher mit der cremigen Soße füllen und sehen, wie sie beim Anschneiden wieder herausläuft. Deshalb machte Oma Wanda auch immer extra viel ‚Tunke‘ dazu.“

**Olivia,  
Soßenkind mit Spieldrang**



- **200 ml Milch**
- **2 Brötchen** (vom Vortag)
- **1 Zwiebel**
- **2 EL Butter**
- **½ Bund Petersilie**
- **250 g Kalbs- oder Rinderleber**
- **1 Ei** (Größe L)
- **½ TL getrockneter Majoran**
- **Salz, Pfeffer**
- **1,2 l kräftige Rinderbrühe**
- **evtl. Semmelbrösel**
- **1 Bund Schnittlauch**

Pro Portion

ca. 25 g E, 10 g F, 25 g KH, 290 kcal



**EIN GROSSES BASSIN BITTE**

Ob Leber-, Kartoffel- oder Semmelknödel: Sie alle wollen schwimmen, und zwar in reichlich Flüssigkeit. Daher Salzwasser oder Brühe in einem möglichst großen Topf aufkochen. Dann erst die Klöße zugeben und Temperatur sofort reduzieren, bis das Wasser nur noch siedet (die Oberfläche sich leicht bewegt, es aber nicht mehr sprudelt).

**1** Milch erhitzen. Brötchen darin ca. 15 Minuten einweichen, dabei mit einem kleinen Teller beschweren. Zwiebel schälen, fein würfeln, in heißer Butter glasig dünsten und abkühlen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.

**2** Leber waschen, trocken tupfen und in breite Streifen schneiden. Erst Leber, dann gut ausgedrückte Brötchen durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen. Beides mit Petersilie, Zwiebel und Ei vermengen. Mit Majoran, Salz und Pfeffer würzen. Masse abgedeckt mindestens 30 Minuten kalt stellen.

**3** Rinderbrühe in einem weiten Topf aufkochen. Ist die Knödelmasse zu weich, esslöffelweise Semmelbrösel zufügen. Mit angefeuchteten Händen daraus 8 Leberknödel formen und in die kochende Brühe gleiten lassen. Bei schwacher Hitze 10–15 Minuten gar ziehen lassen.

**4** Schnittlauch waschen, in Röllchen schneiden. Knödel und Brühe auf Suppenteller verteilen und mit Schnittlauch bestreuen.



Traditionsreiche bayerische  
**LEBERKNÖDELSUPPE**

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN + WARTEZEIT



# LIEBLINGSSPECKKNÖDEL

## auf Schmorkohl

FÜR 4 PORTIONEN //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN

- **800 g Weißkohl**
- **200 g Möhren**
- **3 Zwiebeln**
- **5 Stiele Thymian**
- **300 g Brötchen** (vom Vortag)
- **250 g geräucherter durchwachsener Speck**
- **250 ml Milch**
- **3 EL Öl**
- **1 TL Kümmelsamen**
- **½ TL gemahlene Kurkuma**
- **Salz, Pfeffer**
- **Zucker**
- **250 ml Fleischbrühe**
- **1 Bund Petersilie**
- **3 Eier** (Größe M)
- **12 Nürnberger Rostbratwürstchen**

**Pro Portion**

ca. 36 g E, 46 g F, 57 g KH, 750 kcal

**1** Weißkohl putzen, vierteln und in Streifen schneiden. Möhren schälen, längs halbieren und schräg in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen, 2 halbieren und in Streifen schneiden, 1 fein würfeln. Thymian waschen, trocken schütteln und etwas zum Garnieren beiseitestellen, übrige Blättchen abzupfen.

**2** Brötchen in Würfel schneiden. Speck ebenfalls würfeln. Hälfte Speck in einer Pfanne ohne Fett knusprig braten. Gewürfelte Zwiebel kurz mitbraten. Milch zugießen und erhitzen. Über die Brötchen gießen und ca. 15 Minuten ziehen lassen.

**3** Rest Speck in 1 EL heißem Öl anbraten. Kohl, Möhren und Zwiebelstreifen 4–5 Minuten mitbraten. Mit Thymian, Kümmel, Kurkuma, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Brühe zugießen, aufkochen und zugedeckt ca. 30 Minuten schmoren.

**4** Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken. Eier verquirlen, mit Hälfte Petersilie zur Brötchenmasse geben, mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zu einem festen Teig verkneten. Reichlich Salzwasser aufkochen. Aus der Masse 8 Knödel formen. Ins siedende, nicht mehr kochende Wasser geben und ca. 20 Minuten gar ziehen lassen, bis sie nach oben steigen. Dabei einmal wenden.

**5** Inzwischen Würstchen in 2 EL heißem Öl rundherum braun braten. Schmorkohl abschmecken. Knödel abtropfen lassen. Mit Kohl und Würstchen anrichten, mit übriger Petersilie und Thymian garnieren.

# FÜR SALAT FAST ZU SCHADE

Eine Marke der **FUNKE** Mediengruppe



## UNSER EAT-CLUB-OLIVENÖL

- sortenreines Single-Farm-Produkt
- nachhaltig-ökologisch erzeugt in 2. Generation
- aus der Region Kalamata, der Heimat uralter Olivenhaine

- Anbau, Ernte und Abfüllung in Familienhand
- aufgezogen von griechischer Sonne und Meereswind

Direkt hier bestellen:



# AUS-1-MACH-2-RÜEBLIK NÖDEL

## in zarter Rouladenumhüllung

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 2 ½ STUNDEN





- **250 g Brötchen** (vom Vortag)
- **2 Zwiebeln**
- **350 g Möhren**
- **1 EL Butter**
- **250 ml Milch**
- **Salz, Pfeffer**
- **geriebene Muskatnuss**
- **1 Bund Petersilie**
- **1 Ei** (Größe M)
- **4 Rinderrouladen**  
(à ca. 175 g)
- **4 TL mittelscharfer Senf**
- **4 EL Öl**
- **2 EL Tomatenmark**
- **800 ml Gemüsebrühe**
- **250 g braune Champignons**
- **500 g Brokkoli**
- **100 g Schlagsahne**
- **1 EL Speisestärke**
- Holzspießchen oder Rouladen-nadeln

**Pro Portion**

ca. 59 g E, 34 g F, 61 g KH, 790 kcal

**1** Brötchen würfeln. Zwiebeln und Möhren schälen, fein würfeln. Butter erhitzen, Hälfte Zwiebel- und ein Viertel der Möhrenwürfel darin andünsten. Milch zugießen und erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und über die Brötchenwürfel gießen. Ca. 15 Minuten ziehen lassen.

**2** Petersilie waschen, trocken schütteln, hacken und etwas zum Bestreuen beiseitestellen. Rest mit Ei zur Knödelmasse geben und verkneten.

**3** Rouladen trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einer Seite mit Senf bestreichen. Jeweils etwas Knödelmasse daraufgeben, aufrollen und feststecken. Rest Knödelmasse kalt stellen. 2 EL Öl in einem Bräter erhitzen. Rouladen darin rundherum kräftig anbraten, herausnehmen. Restliche Zwiebel- und Möhrenwürfel im Bratfett anbraten. Tomatenmark zugeben, anschwitzen. Mit Brühe ablöschen, aufkochen. Rouladen wieder zugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 ½ Stunden schmoren.

**4** Pilze putzen und halbieren. Aus der restlichen Knödelmasse kleine Taler (ca. 4 cm Ø) formen. Brokkoli putzen, waschen, in Röschen teilen und in kochendem Salzwasser ca. 8 Minuten garen. 1 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Pilze darin unter Wenden ca. 5 Minuten braten, zu den Rouladen geben. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen, Knödeltaler darin goldbraun braten.

**5** Sahne und Stärke glatt rühren. In den kochenden Rouladenfond rühren und ca. 1 Minute köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Brokkoli abgießen, abtropfen lassen. Rouladen mit Brokkoli, Knödeltalern und Soße anrichten. Mit beiseitegestellter Petersilie bestreuen.



# IMMER-WIEDER-FREITAGS-GERMKNÖDEL

## mit Powidl und Mohnbutter

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN + WARTEZEIT

- **150 ml Milch**
- **250 g + etwas Mehl**
- **15 g frische Hefe**
- **3 EL Zucker**
- **100 g weiche + etwas Butter**
- **1 Eigelb**
- **1 Msp. Bio-Zitronenabrieb**
- **4 EL Pflaumenmus**
- **Salz**
- **50 g gemahlener Mohn**
- **2 EL Puderzucker**

**Pro Portion**

ca. 13 g E, 29 g F, 69 g KH, 590 kcal

Mit je 1 EL Pflaumenmus füllen und Teig darum wieder zu Kugeln formen. Auf der Arbeitsfläche zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen.

**3** In einem Topf mit Dämpfeinsatz reichlich Wasser mit etwas Salz zum Kochen bringen. Dämpfeinsatz fetten. Germknödel so einlegen, dass sie sich nicht berühren. Bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 15 Minuten dämpfen.

**4** Inzwischen Mohn mit 1 EL Puderzucker mischen. 60 g Butter in einem kleinen Topf schmelzen, Mohnmix unterrühren. Knödel mit Mohnbutter anrichten und mit übrigem Puderzucker bestäuben. Dazu passt ein Fruchtkompott oder ganz klassisch Vanillesoße (Rezept auf Seite 92).

**1** Für den Teig Milch lauwarm erwärmen. 250 g Mehl in eine Schüssel sieben, eine Mulde hineindrücken. Hefe zerbröckeln, mit Zucker und Milch verrühren und in die Mulde gießen. Mit etwas Mehl vom Rand bestäuben. Zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen.

**2** 40 g Butter, Eigelb und Zitronenabrieb zufügen und alles glatt verkneten. Zugedeckt mindestens 45 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen, bis der Teig sein Volumen deutlich vergrößert hat. Teig auf etwas Mehl vierteln, zu Kugeln formen und flach drücken.

**MIST, ICH HAB KEINEN DÄMPFEINSATZ!?**

Dann gibt's für Sie zwei Möglichkeiten. Entweder ein Geschirrtuch fest über das kochende Wasser spannen, Germknödel daraufsetzen und wie beschrieben garen. Oder die Germknödel im Dampfnudelstyle zubereiten. Dafür ca. 250 ml Milch, 40 g Butter und  $\frac{1}{2}$  TL Salz in einem weiten Topf oder einer hohen beschichteten Pfanne aufkochen und Knödel darin zugedeckt ca. 25 Minuten garen. Den Deckel dabei nicht öffnen!







# EN GUADER SEMMELKNÖDELSALAT

## mit reichlich Zwiebeln

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

- **400 g Baguette oder Brötchen**  
(vom Vortag)
- **250 ml Milch**
- **1 Schalotte**
- **1 EL Butter**
- **2 Eier** (Größe M)
- **3 EL gehackte Kräuter**  
(z. B. Schnittlauch, Petersilie)
- **Salz, Pfeffer**
- **evtl. Semmelbrösel**
- **2 weiße Zwiebeln**
- **4 EL Weißweinessig**
- **4 EL Öl**
- **Zucker**
- **1 Bund Petersilie**

Pro Portion

ca. 15 g E, 17 g F, 63 g KH, 475 kcal

**1** Baguette in dünne Scheiben schneiden. Milch erhitzen, darübergießen, ca. 20 Minuten ziehen lassen. Inzwischen Schalotte schälen, fein würfeln und in heißer Butter glasig dünsten. Abkühlen lassen. Mit Eiern und gehackten Kräutern zu den Brötchen geben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen und verkneten. Falls der Teig zu weich ist, esstlöffelweise Semmelbrösel unterkneten, bis er formbar ist.

**2** Reichlich Salzwasser in einem weiten Topf aufkochen, dann Hitze reduzieren. Mit feuchten Händen aus dem Teig kleine Knödel (ca. 5 cm Ø) formen und im siedenden Salzwasser 10-15 Minuten gar ziehen lassen. Abtropfen und abkühlen lassen.

**3** Für den Salat Zwiebeln schälen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln. Essig und Öl verquirlen, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker kräftig würzen. Knödel in Scheiben schneiden. Mit Zwiebeln und Dressing mischen, mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

**4** Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken. Salat abschmecken, mit Petersilie bestreuen.

### RESTEHAUPTSTADT MÜNCHEN

Erfinderisch geht man in Bayern ja überall mit Knödelresten um. Da gibt es Knödelpfannen, Knödelsuppen oder saure Knödel, wie dieser Salat wegen des Dressings heißt. Er ist vor allem in München oft in Wirtschaften oder Kantinen zu bekommen. EAT-CLUB-Tipp für Nicht-Münchner: Mit Radieschen- und Gurkenscheiben „auffrischen“ und im Glas mit ins Büro nehmen.



# FLUFFIGER XL-HEFEKNÖDEL

## zu deftigem Brauhausgulasch

FÜR 4-6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 2 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

### Für das Gulasch

- 3 Zwiebeln
- 2 rote Paprikaschoten
- 1 kg Rindergulasch
- ca. 2 EL Butterschmalz
- 3 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
- 2 EL Tomatenmark
- 250 ml Pils
- ca. 600 ml Fleischbrühe
- 1 Msp. gemahlener Kümmel
- Salz, Pfeffer
- 1 EL gehackte Petersilie
- Küchengarn

### Für den Knödel

- 75 ml Milch
- 15 g frische Hefe
- 300 g Mehl
- 100 g geräucherter durchwachsener Speck
- 1 EL + etwas Butter
- 2 Eier (Größe M)
- Salz

#### Pro Portion (bei 6)

ca. 48 g E, 21 g F, 45 g KH, 580 kcal

**1** Für das Gulasch Zwiebeln schälen und würfeln. Paprika waschen, putzen und klein schneiden. Fleisch trocken tupfen. Etwas Schmalz in einem großen Topf erhitzen. Fleischwürfel darin portionsweise rundherum kräftig anbraten, herausnehmen. Zwiebeln und Paprika im Bratfett glasig schwitzen. Beide Sorten Paprikapulver und Tomatenmark unterrühren. Mit Bier ablöschen, Fleisch wieder zugeben, 600 ml Brühe angießen. Mit Kümmel, Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt 1 ½-1 ¾ Stunden bei kleiner Hitze garen, dabei zwischendurch umrühren und bei Bedarf noch etwas Brühe angießen.

**2** Inzwischen für den Knödel Milch lauwarm erwärmen. Hefe hineinbröckeln. Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde in die Mitte drücken. Hefemilch hineingießen, mit etwas Mehl vom Rand bestäuben. Zugedeckt ca. 15 Minuten gehen lassen. Speck fein würfeln. In 1 EL heißer

Butter kurz braten, auf Küchenpapier abtropfen und etwas abkühlen lassen. Eier zum Mehlmix geben, mit etwas Salz zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Speckwürfel kurz unterkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 45 Minuten gehen lassen.

**3** Teig kurz durchkneten, zu einer Rolle formen und locker in ein gebuttertes, angefeuchtetes Geschirrtuch oder eine Stoffserviette wickeln, sodass der Teig Platz zum Aufgehen hat. Enden mit Küchengarn zusammenbinden, ca. 15 Minuten gehen lassen. In einem weiten Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Knödel hineinlegen und Hitze reduzieren. Im siedenden, nicht mehr kochenden Wasser 30-35 Minuten gar ziehen lassen.

**4** Knödel aus dem Wasser heben, auswickeln und in Scheiben schneiden. Gulasch abschmecken, mit Knödelscheiben anrichten und mit Petersilie bestreuen.







### TRICK NUMMER 99

„Seit dem Studium schreibe ich Oma Hildegards Küchenhacks auf. Zu diesem Essen passt die Nummer 99: Eingewickelten Serviettenknödel locker an einen Kochlöffelstiel binden. Quer über den Topf gelegt schwimmt die Rolle im Wasser. Man kann sie mit dem Stiel hinterher aber ganz leicht wieder herausheben.“

Carla,  
mit ganz eigenen Vorstellungen von  
einem Sammelalbum





OHNE KLOSS NICHTS LOS

# Oma Hildegards knusprig gebratene LAUGENKNÖDELMEDAILLONS

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE + WARTEZEIT

## - 250 g **Laugenbrezeln**

(vom Vortag)

## - **Salz**

## - 125 ml **Milch**

## - 1 **kleine Zwiebel**

## - 4 **EL Butter**

## - ½ **Bund Petersilie**

## - 2 **Eier** (Größe M)

## - evtl. **Semmelbrösel**

- hitzefeste Frischhaltefolie

- Küchengarn

### Pro Portion

ca. 11 g E, 15 g F, 38 g KH, 330 kcal

**1** Brezeln in ca. 1 cm große Würfel schneiden, mit 1 Prise Salz in eine Schüssel geben. Milch erhitzen, über die Brezeln gießen und zugedeckt ca. 20 Minuten ziehen lassen.

**2** Zwiebel schälen und fein würfeln. 1 EL Butter erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsten, abkühlen lassen. Petersilie waschen, trocken schütteln und bis auf 1–2 Stiele fein hacken. Mit Zwiebel und Eiern zu den eingeweichten Brezeln geben, zu einer geschmeidigen Masse verkneten. Sollte der Teig zu weich sein, esslöffelweise Semmelbrösel unterkneten.

**3** Reichlich Wasser in einem weiten Topf zum Sieden bringen. Eine Lage hitzefeste Frischhaltefolie auf ein

sauberes Geschirrtuch legen. Knödelmasse mit angefeuchteten Händen zu einer Rolle (ca. 8 cm Ø) formen, eng in die Folie einschlagen. Anschließend Rolle in das Geschirrtuch wickeln, Enden mit Küchengarn fest zubinden.

**4** Knödelrolle ins siedende Wasser legen (siehe Tipp) und 15–20 Minuten garen. Herausnehmen, kurz abtropfen lassen und auswickeln. Knödelrolle etwas abkühlen lassen, in Scheiben schneiden. In einer Pfanne portionsweise 3 EL Butter erhitzen, Knödelscheiben darin auf beiden Seiten goldbraun braten. Übrige Petersilie zerzupfen und darüberstreuen. Dazu schmeckt ein gemischter grüner Salat.

## SO SCHMECKT IM PROBEABO LESEN

Jetzt können Sie sich Ihr Lieblingsmagazin direkt nach Hause liefern lassen:

3 Hefte für nur € 22,20 inkl. Versandkosten.

Als Dankeschön erhalten Sie einen € 15,00 Shopping-Gutschein zur Wahl.

Infos und Bestellung per Telefon:

040/231 887 144

(Stichwort: WAE4SHRSH) oder im Internet auf: [www.eatclub.de/redabo](http://www.eatclub.de/redabo)





## KULTIGE SEMMELKNÖDEL

### in feinstem Schwammerlragout

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN

- **350 g Knödelbrot**
- **ca. 200 ml Milch**
- **800 g gemischte Pilze** (z. B. Champignons, Pfifferlinge, Steinpilze; frisch oder TK)
- **1 Zwiebel**
- **1 Schalotte**
- **2 Knoblauchzehen**
- **2 EL Butter**
- **Salz, Pfeffer**
- **1 Bund Petersilie**
- **geriebene Muskatnuss**
- **2 Eier** (Größe M)
- **evtl. Semmelbrösel**
- **2 EL Butterschmalz**
- **150 ml trockener Weißwein**
- **200 ml Gemüsebrühe**
- **250 g Schlagsahne**

#### Pro Portion

ca. 24 g E, 36 g F, 69 g KH, 720 kcal

**1** Knödelbrot in eine Schüssel geben. 200 ml Milch erhitzen, darüber gießen und ca. 15 Minuten ziehen lassen, bei Bedarf etwas mehr Milch zufügen. Inzwischen frische Pilze putzen. Größere halbieren oder vierteln. Zwiebel, Schalotte und Knoblauch schälen, fein würfeln. Zwiebel in heißer Butter glasig dünsten.

**2** Reichlich Salzwasser in einem weiten Topf aufkochen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter fein hacken, 1–2 EL beiseitestellen. Übrige Petersilie mit Zwiebel zum Knödelbrot geben, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Eier zufügen und alles gut verkneten. Bei Bedarf esslöffelweise Semmelbrösel zugeben. Mit angefeuchteten Händen 8 Knödel formen und im leicht siedenden Wasser ca. 20 Minuten gar ziehen lassen.

**3** Inzwischen Pilze in einer großen Pfanne portionsweise in etwas heißem Butterschmalz 3–4 Minuten kräftig anbraten. Schalotte und Knoblauch zugeben, mit Wein ablöschten. Brühe und Sahne zugeben und leicht einköcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Knödel abtropfen lassen, mit Rahmpilzen anrichten und mit beiseitegestellter Petersilie bestreuen.

#### NORD-SÜD-GEFÄLLE

Knödelbrot? Kennt an der Nordsee keiner. In Süddeutschland und Österreich dagegen gibt es gewürfeltes Knödelbrot fertig zu kaufen. Geht aber auch so: Brötchen oder Weißbrot würfeln und zwei Tage trocknen lassen, dabei zwischendurch wenden. Fertig ist das Knödelbrot des Hauses.



Von Oma Ilonka fruchtig befüllte  
**QUARKKLÖSSE IN BUTTERBRÖSELN**

FÜR 6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN + WARTEZEIT





- **150 g Butter**
- **500 g Magerquark**
- **2 Eier** (Größe M)
- **2 Eigelb** (Größe M)
- **Salz**
- **150 g Mehl**
- **150 g Semmelbrösel**
- **24 TK-Zwetschgenhälften**
- **12 Stücke Würfelzucker**

**Pro Portion**

ca. 21 g E, 25 g F, 49 g KH, 510 kcal

**4** 75 g Butter in einer großen Pfanne schmelzen. Rest Semmelbrösel darin unter Wenden goldbraun anbraten. Knödel darin schwenken. Dazu schmeckt Vanillesoße (Rezept auf Seite 92).

**1** 75 g Butter schmelzen, abkühlen lassen. Quark mit Eiern, Eigelb, flüssiger Butter und 1 Prise Salz verrühren. Mehl und 75 g Semmelbrösel unterkneten. Teig ca. 45 Minuten kalt stellen. Zwetschgen etwas antauen lassen.

**2** Je 2 Zwetschgenhälften mit 1 Stück Würfelzucker zusammensetzen. Teig in 12 Portionen teilen. Jede Portion mit angefeuchteten Händen rund formen, dann flach drücken. Je 1 gefüllte Zwetschge daraufsetzen, mit Teig umhüllen und gut verschließen.

**3** Reichlich Wasser mit etwas Salz in einem weiten Topf aufkochen, Hitze reduzieren. Knödel im siedenden Wasser ca. 15 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen.



**TAUSCHE GULASCH  
GEGEN KNÖDEL**

„Wenn ich erzähle, dass meine Oma aus Ungarn stammt, sagen ganz viele: Ah, dann hast du bestimmt ein gutes Gulaschrezept. Die ungarische Küche ist aber deutlich vielschichtiger. So ist mein liebstes Oma-Essen Derelye, das sind süße Teigtaschen mit Pflaumenfüllung. Unter der Woche war das zu aufwendig, da gab es dann die schnellere Quarkknödelvariante. Unverzichtbar aber das Schwenken in Butter und Bröseln.“

**Krisztina, die fürs Fotoshooting sogar handbemalte Teller ihrer Oma mitbrachte**



# MIT DER EXTRAPORTION **LIEBE**

WAS HABEN UNS DIE GROSSELTERN FRÜHER KULINARISCH  
VERWÖHNT! WENN DIE SEHNSUCHT NACH KIRSCHKUCHEN, WARMEN  
BUCHTELN UND RINDSGULASCH MAL WIEDER ZU GROSS WIRD:  
OMAS KLASSEKER GIBT ES JETZT AUCH FERNAB VOM EIGENEN ZUHAUSE.

TEXT: JANA KENSBOCK UND CARLA TANKSLEY



## ZUSAMMEN IST MAN WENIGER ALLEIN

Das Konzept traf bei den Menschen in Wien einen Nerv – nicht bloß wegen des wunderbar saftigen Kuchens, der sofort wohlige Kindheitserinnerungen weckte. Es entstand gleichzeitig ein sozialer Raum, wo Jung und Alt aufeinandertreffen, um gemeinsam zu essen, sich auszutauschen, sich schlicht und einfach wohlzufühlen. Eben genauso wie damals bei Oma und Opa im Wohnzimmer.



# „Vollpension“, Wien WENN JUNG UND ALT ZUSAMMEN- KOMMEN

Dreizehn Jahre ist es inzwischen her, dass die Freunde Moriz und Mike vor einem Stück staubtrockenem Kuchen saßen und dachten: „Die Oma, die hätte das viel besser gemacht!“ Was zunächst nach bitterer Erkenntnis klingt, entwickelte sich rasch zu einer brillanten Idee. Warum nicht einfach den Kuchen von damals, ohne viel Schnickschnack, dafür mit umso mehr Liebe, allen zugänglich machen? In einem Kaffeehaus für Oma-Vermissende. Die beiden fanden backbegeisterte Senioren und starteten die erste „Vollpension“ – damals noch als Pop-up in einer Schneiderei. Mit Erfolg: Frau Charlottes legendärer Eierlikörkuchen wurde ihnen quasi offenwarm aus den Händen gerissen.



### VOLLPENSION WIEN

Schleifmühlgasse 16, 1040 Wien

So.-Mi. 8-19 Uhr

Do.-Sa. 8-23 Uhr

Johannesgasse 4 a, 1010 Wien  
täglich 8-18 Uhr

Weitere Infos unter  
[vollpension.wien](http://vollpension.wien) oder auf Instagram  
[@vollpension\\_wien](https://www.instagram.com/vollpension_wien)



## EINE MISSION FÜR GENERATIONEN

Schon bald zeigte sich, dass die „Vollpension“ nicht nur eine kulinarische, sondern auch eine sozialpolitische Bedeutung hat. Neben der Freude am Backen bot das Konzept den Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, ihre kleine Rente (in Österreich Pension genannt) aufzubessern und wieder mehr am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Heute ist die „Vollpension“ ein generationsübergreifendes Projekt, das aus der Wiener Gastronomie nicht mehr wegzudenken ist. Mit zwei Cafés im Herzen der Stadt, einem Cateringservice mit „Buchtelmobil“, einem Onlineshop und den beliebten OMAsterclasses, die digital und vor Ort in der Backakademie angeboten werden, wächst die Gemeinschaft weiter – ganz nach dem Motto:

## TRADITION TRIFFT INNOVATION





## VON DER HINTERHOFBACKSTUBE INS FERNSEHEN

Dank einer Crowdfunding-Kampagne kam schnell das nötige Startkapital zusammen. Eine kleine Backstube wurde mit gebrauchten Öfen ausgestattet, und schon bald konnte der Kuchenverkauf beginnen. Ob Backen, Ausliefern oder Organisieren – das Team aus engagierten Seniorinnen und Senioren konnte sich vielseitig einbringen und dabei seine Rente aufbessern. Und das mit Erfolg: Die Kuchen wurden bereits nach drei Jahren deutschlandweit verschickt. Das Highlight der Unternehmensgeschichte war jedoch ein Auftritt in der TV-Sendung „Die Höhle der Löwen“. „Kuchentratsch“ überzeugte die Investoren Carsten Maschmeyer und Dagmar Wöhrl, durch deren Unterstützung das Geschäft weiter wachsen konnte.

Ein vergleichbares Konzept verfolgt das Münchener Start-up Kuchentratsch.

Die Geschichte dieses Herzensprojekts begann 2014 mit der Vision, alten Menschen eine sinnvolle Aufgabe zu geben und gleichzeitig der Welt köstliche Kuchen nach traditionellen Rezepten zu schenken.

## HERAUSFORDERUNGEN UND INNOVATIONEN

Doch es gab auch Rückschläge: Wie viele andere Unternehmen wurde „Kuchentratsch“ von der Coronapandemie hart getroffen. Selbst der Verkauf von Backmischungen nach Omas Originalrezepten konnte die Insolvenz 2022 nicht verhindern. Doch das war nicht das Ende: Mit der Traditionsbäckerei Höflinger Müller wurde ein neuer starker Partner gefunden, und alle Arbeitsplätze konnten erhalten werden.



### KUCHENTRATSCH MÜNCHEN

Theresienhöhe 30, 80339 München

Mo.-Fr. 8-18 Uhr

Sa., So. & Feiertag 11-17:30 Uhr

Weitere Infos unter

[kuchentratsch.com](http://kuchentratsch.com) oder auf Instagram

@kuchentratsch



## EIN CAFÉ VOLLER HERZ UND GENUSS

Heute erstrahlt das „Kuchentratsch“ in neuem Glanz. Das Café an der Münchener Theresienhöhe ist ein wahrer Wohlfühlort, an dem generationenübergreifende Begegnungen und ehrliche Handwerkskunst im Mittelpunkt stehen. Kommen Sie vorbei, genießen Sie den weltbesten Karottenkuchen von Oma Irmgard und schauen dabei den Seniorinnen und Senioren in der offenen Backstube zu, wie neue Köstlichkeiten entstehen.

„Kuchentratsch“, München

WO GIBT ES DEN  
BESTEN KUCHEN?  
NATÜRLICH BEI  
**OMA!**

Rinderroulade, Steckrübeneintopf, Königsberger Klopse – wer deftige Hausmannskost mag, ist beim Hamburger Mittagstisch „OmaLiebe Lunch Club“ genau richtig. Mit Herz und Hingabe schnippelten und kochten engagierte Seniorinnen Ende 2024 täglich im „Café Lorenz“ für die jüngere Generation.

Gründer der Initiative ist Boris Rogosch, ein bekannter Food-podcaster aus der Hansestadt. Seine Vision: Altbewährte Gerichte, die von modernen Speisekarten nahezu verschwunden sind, wieder aufleben zu lassen. Mit Simone Lücking, Inhaberin des Cafés mitten im hippen Schanzenviertel, fand er schließlich die richtige Partnerin, um das nostalgische Pop-up-Projekt zu starten. Die Köchinnen und Köche rekrutierte er zunächst aus seinem eigenen Umfeld – darunter auch Mitinitiatorin Monika Fuchs. Die 86-jährige Hamburgerin ist ein echtes Multitalent: Deutschlands älteste YouTube-Köchin (ihren Kanal „Monika Fuchs kocht“ mit rund 46.000 Followern betreibt sie seit 2018), Cateringprofi für Film und Fernsehen und passionierte Gastgeberin von Charity-Dinnern in ihrem eigenen Wohnzimmer. Für den „OmaLiebe Lunch Club“ kochte Monika Fuchs 80 Portionen Hühnerfrikassee nach einem alten Familienrezept – selbstverständlich in der eigenen Küche.

„OmaLiebe Lunch Club“, Hamburg

## TRADITIONELLER MITTAGSTISCH MIT HERZ



### EIN PROJEKT MIT SOZIALEM FOKUS

Die teilnehmenden Omas – und der ein oder andere Opa – werden als Minijobber eingestellt. Einige von ihnen spenden ihren Verdienst sogar an den gemeinnützigen Verein Hamburg Leuchtfeuer. Die beste Nachricht zum Schluss: Der „OmaLiebe Lunch Club“ wird tatsächlich fortgeführt! Neben diversen Events ist ein eigenes Kochbuch geplant, und Ende Februar geht es dann auch endlich mit dem beliebten Mittagstisch wieder los. Wir freuen uns schon drauf!

### ESSEN WIE BEI OMA

Doch der „OmaLiebe Lunch Club“ ist mehr als eine Hommage an die traditionelle Küche. Die Initiative möchte altes Wissen und Rezepte bewahren, ältere Menschen einbinden und das Mittagessen als sozialen Moment wieder ins Zentrum rücken. Serviert wird in der gemütlichen Stube, genau wie früher bei Oma: Große Töpfe und Terrinen stehen auf den Tischen, und die Gäste dürfen so viel essen, bis sie satt sind. Dabei reicht das Angebot über die klassische deutsche Hausmannskost hinaus. Auch internationale Gerichte wie serbische oder koreanische „Oma-Rezepte“ finden ihren Weg auf die Teller.



### OMALIEBE LUNCH CLUB HAMBURG

im „Café Lorenz“, Margaretenstraße 76,  
20357 Hamburg

Mittagstisch ab Ende Februar

Weitere Infos unter  
[foodtalker.de/omaliebe-lunch-club](http://foodtalker.de/omaliebe-lunch-club) oder  
 auf Instagram @omaliebe\_lunchclub



# *Around the World*

Von fernen Ländern  
und nahen Omas





# KÖTTBULLAR IN PILZRAHM

## mit schwedischer Geheimzutat\*

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 40 MINUTEN

- 1 kleine Zwiebel
- 600 g gemischtes Hack
- 1 Ei (Größe M)
- 200 g Schlagsahne
- 3 EL Semmelbrösel
- Salz, Pfeffer
- ¼ TL gemahlener Piment
- 250 g gemischte Pilze  
(z. B. Champignons und Kräuterseitlinge)
- 2 EL Butter
- 1 EL Mehl
- 250 ml Fleischbrühe
- 2 EL Öl
- 2 Lauchzwiebeln (ersatzweise 4 Stiele Petersilie)
- 1–2 TL Sojasoße
- Zucker
- 4 EL Wildpreiselbeeren (Glas)

Pro Portion

ca. 35 g E, 51 g F, 25 g KH, 700 kcal

\*Gemeint ist die Sojasoße

**1** Zwiebel schälen, sehr fein würfeln. Mit Hack, Ei, 50 g Sahne und Semmelbröseln gut verkneten. Hackmasse mit Salz, Pfeffer und Piment würzen, ca. 10 Minuten ruhen lassen.

**2** Pilze putzen und in Scheiben schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen, Pilze darin anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Mehl bestäuben und anschwitzen. Mit Brühe und 150 g Sahne ablöschen. Aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 10 Minuten köcheln, dabei ab und zu umrühren.

**3** Inzwischen aus der Hackmasse Bällchen formen und im heißen Öl rundherum ca. 8 Minuten braten. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden.

**4** Soße mit Salz, Pfeffer, Sojasoße und Zucker abschmecken. Köttbullar mit Pilzrahm anrichten, mit Lauchzwiebeln bestreuen. Preiselbeeren dazu reichen. Dazu passen Gurkensalat, Salzkartoffeln oder Kartoffelpüree.

### SCHÖTTBÜLLAR SIND FERTIG!

Nein, das ist kein Druckfehler. Sondern die Schreibweise für Schwedisch-Neulinge, um die richtige Aussprache der beliebten Hackbällchen zu üben. Deren Rezept ist unseren klassischen Frikadellen sogar ganz ähnlich (außer dass in Schweden gern mal Elchfleisch reinkommt). In den meisten Originalrezepten findet man seit ungefähr den 60er-Jahren tatsächlich Sojasoße, was von der erfrischenden Offenheit für neue kulinarische Einflüsse zeugt.





# GEBACKENES KARTOFFELHUHN

## wie von Anneanne

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN



- 4 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 750 g kleine Kartoffeln
- 4 Hähnchenkeulen (ca. 1 kg)
- 1 Bio-Zitrone
- 3 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Pul Biber (türkisches Chiligesürz; ersatzweise Chiliflocken)
- 1 TL getrockneter Oregano
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 400 g stückige Tomaten
- 500 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Tomatenmark
- 4 Lorbeerblätter
- evtl. Zitronenscheiben und Oregano

Pro Portion

ca. 40 g E, 26 g F, 36 g KH, 560 kcal

1 Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln vierteln, Knoblauch grob hacken. Kartoffeln schälen, waschen und halbieren. Hähnchenkeulen im Gelenk halbieren, sodass Unter- und Oberkeulen entstehen. Keulen waschen, gut trocken tupfen. Zitrone waschen, trocken reiben und vierteln.

2 Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C). 2 EL Öl in einem flachen Bräter erhitzen. Zwiebeln und Kartoffeln darin kurz anbraten. Fleisch zufügen, mit Salz, Pfeffer, Pul Biber, Oregano und Kreuzkümmel würzen. Alles mischen. Tomaten darauf verteilen. Heiße Brühe mit Tomatenmark verrühren, in den Bräter gießen. Zitrone und Lorbeerblätter daraufgeben. Mit 1 EL Öl beträufeln und zugedeckt im heißen Ofen ca. 30 Minuten schmoren.

3 Bräter aus dem Ofen nehmen. Hähnchenkeulen wenden und offen ca. 15 Minuten backen. Hähnchenkeulen erneut wenden und bei gleicher Temperatur weitere ca. 30 Minuten backen. Nach Belieben mit Zitronenscheiben und Oregano anrichten.

### ZWEI OMAS, ZWEI NAMEN

Während wir in Deutschland unsere Großmütter mit Vornamen („Oma Hilde“) oder der Stadt, in der sie wohnen („Oma München“), betiteln, haben es Türkinnen und Türken etwas einfacher. Die Oma mütterlicherseits heißt hier Anneanne, die Oma väterlicherseits Babaanne.





Auf levantinische Art  
**GEFÜLLTE WEINBLÄTTER**

Bitte umblättern ...

# Auf levantinische Art GEFÜLLTE WEINBLÄTTER

FÜR 4 PORTIONEN //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN + WARTEZEIT

- 200 g Langkornreis
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 6 Stiele Petersilie
- 2 Stiele Minze
- 5 EL Olivenöl
- 4 EL Zitronensaft
- ca. 400 ml Gemüsebrühe
- Salz, Pfeffer
- ¼ TL gemahlener Zimt
- 2 Prisen gemahlener Piment
- evtl. Chiliflocken
- ca. 300 g gegarte Weinblätter (vakuumiert)
- 2 Bio-Zitronen

#### Pro Portion

ca. 8 g E, 15 g F, 55 g KH, 390 kcal



**1** Reis in einem feinen Sieb waschen, gut abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. 4 Stiele Petersilie und Minze waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.

**2** In einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen, Zwiebel darin glasig dünsen. Knoblauch, Reis, Hälften Kräuter und 2 EL Zitronensaft zugeben. Mit 400 ml Brühe aufgießen, mit Salz, Pfeffer, Zimt, Piment und nach Belieben Chiliflocken würzen. Aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten quellen lassen. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen. Restliche Kräuter unterrühren, Füllung abschmecken.

**3** Weinblätter unter kaltem Wasser waschen, trocken tupfen und eventuell noch vorhandene Stiele entfernen. Auf jedes Weinblatt ca. 1 Esslöffel der Füllung geben, Blattränder über die Füllung zur Mitte hin einschlagen, dann das Blatt vom Stielende zur Spitze hin aufrollen.

**4** Röllchen dicht nebeneinander in einen Topf legen, mit 2 EL Zitronensaft und 3 EL Öl beträufeln. Röllchen mit einem umgedrehten Teller beschweren und so viel heißes Wasser angießen, dass alle bedeckt sind. Bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 30 Minuten garen. Vom Herd nehmen und Röllchen im Topf ca. 1 Stunde abkühlen lassen.

**5** Zitronen heiß waschen, halbieren und quer in dünne Scheiben schnei-

den. Restliche Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen hacken. Gefüllte Weinblätter abwechselnd mit Zitronenscheiben auf einer Platte anrichten, mit gehackter Petersilie bestreuen.

#### DARF'S ETWAS MEHR SEIN?

In der Packung sind 100 Gramm Weinblätter mehr drin? Super! In einwandfreiem Zustand sind vermutlich nicht alle davon, daher ruhig ein bisschen mehr kaufen. Die Blattreste lassen sich beispielsweise zum „Flicken“ von Löchern verwenden. Sie können aber auch den Topfboden damit auslegen oder die Röllchen damit bedecken (damit nichts anbrennt oder austrocknet).



# Pastitsio meets Spanakopita MAKKARONI-AUFLAUF MIT SPINAT

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¼ STUNDEN



- 400 g Makkaroni
- Salz, Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g Blattspinat
- 2 EL + etwas Olivenöl
- geriebene Muskatnuss
- abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone
- 125 ml Milch
- 5 Eier (Größe M)
- 2 EL geriebener Hartkäse (z. B. Kefalotiri; ersatzweise Parmesan)
- 125 g Feta

Pro Portion

ca. 34 g E, 26 g F, 72 g KH, 665 kcal

## NEWCOMER-DUO „HELLAS“

In dieser Form kommt das Gericht vermutlich auch in Griechenland nur selten aus dem Ofen. Denn zugegeben, es ist ein EAT-Club-Remix aus zwei klassischen Dauerbrennern: Pastitsio (eine Art griechische Lasagne aus Makkaroni) und Spanakopita (ein Spinatkuchen, der in Filoteig eingehüllt ist). Wir sind aber sicher: Das neue Erfolgsduo schafft es in den Küchencharts ganz nach oben.

**1** Makkaroni in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen. Abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. Spinat putzen, waschen, abtropfen lassen und grob hacken.

**2** In einer Pfanne 2 EL Olivenöl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Spinat zugeben und in der Pfanne zusammenfallen lassen. Dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz, Pfeffer, Muskat und Zitronenschale abschmecken.

**3** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft: 160 °C). Ca. ¾ Makkaroni in einer geölten Auflaufform (ca. 20 × 30 cm) verteilen. Restliche Makkaroni entlang des Formrands auf die Nudeln legen. Milch, 1 Ei, Salz, Pfeffer und Hartkäse verquirlen und Hälfte über die Nudeln gießen. Feta würfeln, mit Spinat vermengen und in den Nudelkranz geben. Mit restlicher Eiermilch begießen. Auflauf im heißen Ofen ca. 25 Minuten backen.

**4** Form aus dem Ofen nehmen, 4 Eier wie Spiegeleier auf den Auflauf setzen und weitere ca. 10 Minuten backen, bis das Eiweiß fest ist. Eier mit Salz und Pfeffer würzen.







# KROATISCHE CEVAPCICI

## auf farbenprächtigem Djavec-Reis

FÜR 4-6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Paprikaschote
- 4 EL Olivenöl
- 250 g Langkornreis
- 2 EL Paprika-Tomatenmark (ersatzweise Aivar)
- 2 TL edelsüßes Paprikapulver
- ½ TL Zucker
- 250 ml Gemüsebrühe
- 400 g passierte Tomaten
- Salz, Pfeffer
- 1 Bund Petersilie
- 800 g Rinderhack
- 1 rote Zwiebel
- 150 g TK-Erbsen

Pro Portion (bei 6)

ca. 33 g E, 25 g F, 45 g KH, 540 kcal

**1** Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln. Paprikaschote putzen, waschen und fein würfeln.

1 EL Öl in einem Topf erhitzen, Paprikawürfel, jeweils Hälfte Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Reis, Paprikamark, 1 TL Paprikapulver und Zucker zufügen, ca. 1 Minute unter Rühren anschwitzen. Mit Gemüsebrühe und Tomaten ablösen. Salzen und ca. 20 Minuten bei schwacher Hitze köcheln.

**2** Inzwischen Petersilie waschen, trocken schütteln, fein hacken. Hack, Hälfte Petersilie, Rest Knoblauch und Zwiebeln, 1 ½ TL Salz, 1 TL Paprikapulver und Pfeffer gut verkneten. Zu ca. 20 länglichen Frikadellen formen. 3 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen und Cevapcici darin rundherum 5-6 Minuten braten.

**3** Rote Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden oder hobeln. Mit etwas Salz würzen. Gefrorene Erbsen unter den Reis mischen, weitere 2-3 Minuten garen. Reis abschmecken und auf einer Platte verteilen. Cevapcici darauf anrichten, gewürzte Zwiebeln darauf verteilen und mit restlicher Petersilie bestreuen.



**GANZ IM LOCAL STYLE**

„Gebraten“ werden Cevapcici in Kroatien am liebsten auf dem Grill (Röstaromen!). Dafür die geformten Hackröllchen aber noch mal ca. 2 Stunden kalt stellen. Dazu gibt's Fladenbrot, reichlich Zwiebelringe und Aivar. Cevapcici gelten übrigens nicht nur in Kroatien, sondern auch in Serbien als das Nationalgericht. Dabei stammen sie vermutlich gar nicht von hier, sondern sind ein Mitbringsel der Osmanen.





# PASULJ AKA SERBISCHE BOHNENSUPPE

## mit Schweinebauch und Debreziner

FÜR 4-6 PORTIONEN //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/2 STUNDEN + WARTEZEIT ÜBER NACHT

- 300 g getrocknete weiße Bohnen
- 300 g Möhren
- 300 g Knollensellerie
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 3 mehligkochende Kartoffeln
- 200 g geräucherter Schweinebauch (ersatzweise 100 g Speck)
- 200 g Brühwürste (z. B. Debreziner oder Kabanossi)
- 150 g Röstpaprika (Glas)
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 1 EL edelsüßes Paprikapulver
- 1 EL rosenscharfes Paprikapulver
- 2 TL getrockneter Majoran
- 1 TL Zucker
- 2 EL Tomatenmark
- ca. 1,2 l Gemüsebrühe
- 200 g passierte Tomaten
- 1 dünne Stange Porree

Pro Portion (bei 6)

ca. 24 g E, 24 g F, 54 g KH, 530 kcal

**1** Bohnen waschen, mit kaltem Wasser bedeckt über Nacht einweichen. Am nächsten Tag Bohnen abgießen, in einem Topf mit Wasser bedeckt aufkochen und ca. 1 Stunde bei kleiner Hitze garen.

**2** Inzwischen Möhren und Sellerie schälen, waschen, klein schneiden oder würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln. Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Schweinebauch würfeln. Würstchen in Scheiben schneiden. Paprika abtropfen lassen, in Stücke schneiden.

**3** Öl in einem großen Topf erhitzen, Schweinebauch kräftig darin anbraten. Möhren, Sellerie, Kartoffeln, Würstchen, Zwiebeln und Knoblauch zufügen und ebenfalls anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Majoran und Zucker würzen. Tomatenmark unterrühren und anschwitzen. Mit 1,2 l Brühe und passierten Tomaten ablöschen, Röstpaprika unterrühren. Aufkochen und bei kleiner Hitze ca. 20 Minuten garen.

**4** Bohnen abgießen, abtropfen lassen. Porree putzen, waschen, längs halbieren und in Stücke schneiden. Porree und Bohnen in die Suppe rühren, weitere ca. 15 Minuten garen. Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken.







# KOPYTKA NACH OMA WANDA

## in Kräuter-Speck-Butter

FÜR 4 PORTIONEN //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT



- **1 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln**
- **Salz, Pfeffer**
- **2 Eier** (Größe M)
- **ca. 200 g + etwas Mehl**
- **ca. 100 g Kartoffelmehl**
- **3 EL Butter**
- **100 g Speck** (in Streifen)
- **½ Bund Petersilie**

Pro Portion

ca. 18 g E, 12 g F, 80 g KH, 550 kcal

**1** Kartoffeln schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten sehr weich garen. Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen. Noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken und auskühlen lassen.

**2** Eier, 1 TL Salz, 100 g Mehl und 50 g Kartoffelmehl unter die Kartoffelmasse kneten. Nach und nach ca. 100 g Mehl und 50 g Kartoffelmehl unterkneten, bis der Teig kompakt, glatt und nicht mehr klebrig ist.

**3** Kartoffelteig in 8 Portionen teilen. Jede Portion auf bemehlter Fläche zu einer langen, fingerdicken Rolle formen. Schräg in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Stücke in restlichem Mehl wälzen. 2 EL Butter in eine große Schüssel geben.

**4** Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Kopytka in 2-3 Portionen in das Wasser geben, Hitze reduzieren und ca. 5 Minuten in siedendem Wasser garen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, gut abtropfen lassen. In die Schüssel mit der Butter geben, darin schwenken. Den Vorgang wiederholen, bis alle Kopytka gekocht sind.

**5** Speck in einer großen Pfanne ohne Fett knusprig auslassen. 1 EL Butter zufügen und mit Pfeffer würzen. Kartoffelknödelchen zufügen und in der Speckbutter schwenken. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen fein hacken. Kopytka damit bestreuen.



**WENN ZWEI KOCHEN,  
FREUT SICH DIE DRITTE**

„Da uns über 700 Kilometer trennten, konnte ich Oma Wanda höchstens in den Ferien sehen. Aber wenn wir da waren, standen wir immer zu dritt in der Küche. Während Oma und Mama Kopytka zubereiteten, beobachtete ich voller Vorfreude, wie die beiden versunken vor sich hin werkelten. Heute denke ich: Schade, dass ich damals nicht mitgekocht habe.“

**Olivia,  
Heimwehköchin mit  
Kohlenhydratfaible**





Oma Wandas polnische  
**SAUERKRAUT-PILZ-PIEROGI**

Bitte umblättern ...

# Oma Wandas polnische SAUERKRAUT-PILZ-PIEROGI

FÜR 4-6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN + WARTEZEIT

- 30 g getrocknete Steinpilze
- 500 g + etwas Mehl
- Salz, Pfeffer
- 1 Eigelb (Größe M)
- 1 Zwiebel
- 3 EL Butter
- 500 g mildes Sauerkraut
- 1 Bund Lauchzwiebeln
- ½ Bund Schnittlauch
- 200 g saure Sahne

Pro Portion (bei 6)

ca. 13 g E, 9 g F, 63 g KH, 400 kcal



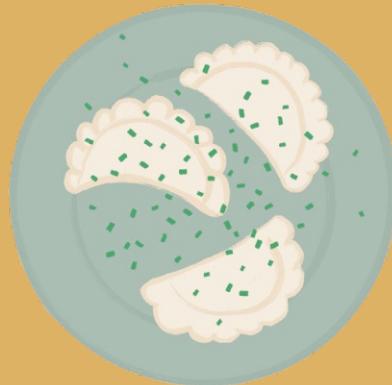
1 Pilze in warmem Wasser ca. 30 Minuten einweichen. Für den Teig 500 g Mehl, ½ TL Salz und Eigelb vermengen. Ca. ½ l kochendes Wasser nach und nach unter den Teig kneten. Der Teig hat die perfekte Konsistenz, wenn er weich und flexibel ist, nicht klebt und leichte Luftblasen wirft. Zugedeckt ca. 1 Stunde ruhen lassen.

2 Inzwischen Pilze abgießen, abtropfen lassen und fein hacken. Zwiebel schälen und fein würfeln. 1 EL Butter in einer Pfanne schmelzen, Zwiebel darin glasig dünsten. Pilze zufügen und kurz mitbraten. Sauerkraut untermischen und 2-3 Minuten weiterbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Herd ziehen und auskühlen lassen.

3 Den Teig portionsweise auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 2 mm dünn ausrollen. Kreise (ca. 8 cm Ø) ausstechen. Ca. 1 TL Sauerkrautfüllung auf jeden Kreis geben, eine Teighälfte darüberklappen und Ränder gut zusammendrücken.

4 Reichlich Salzwasser in einem großen Topf aufkochen. Teigtaschen darin portionsweise garen. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, noch weitere ca. 2 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

5 Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. 2 EL Butter schmelzen, Nudeltaschen darin schwenken. Mit Pfeffer würzen. Mit saurer Sahne, Lauchzwiebeln und Schnittlauch anrichten.



## ZERO-WASTE-KÜCHE

„Oma ließ die getrockneten Pilze sogar über Nacht einweichen. Am nächsten Tag hat sie die Pilze dann noch mal im Einweichwasser gekocht und den Fond beim Abgießen aufgefangen. Den verwendete sie gern als Grundlage für kräftige Soßen und Suppen – gern auch zu den Pierogi selbst!“

Olivia,  
deren Pilzfondvorräte  
im Gefrierfach lagern



# WIENER TAFELSPITZ

## mit Rahmwirsing und Braterdäpfeln

FÜR 4-6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 2 1/2 STUNDEN



### Für den Wirsing

- 800 g Wirsing
- Salz, Pfeffer
- 2 EL Butter
- 200 g Schlagsahne
- geriebene Muskatnuss

### Außerdem

- 1 kg **festkochende Kartoffeln**  
(am Vortag gegart)
- 2-3 EL Butterschmalz
- Salz, Pfeffer
- 20 g **geriebener Meerrettich**  
(frisch oder Glas)

#### Pro Portion (bei 6)

ca. 60 g E, 21 g F, 34 g KH, 575 kcal

### Für das Fleisch

- 1 Zwiebel
- 1 TL Pfefferkörner
- 1 TL Wacholderbeeren
- 2 Lorbeerblätter
- Salz
- 1,4 kg Tafelspitz
- 1 Bund Suppengemüse

**1** Für das Fleisch Zwiebel halbieren und die äußere grobe Schale entfernen. Zwiebelhälften mit den Schnittflächen nach unten in einem großen Topf ohne Fett dunkel rösten. Mit ca. 3 l Wasser ablöschen. Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Lorbeerblätter und etwas Salz zugeben, aufkochen. Fleisch zufügen, aufkochen und dabei entstehenden Schaum immer wieder abschöpfen. Tafelspitz 2-2 1/2 Stunden bei mittlerer Hitze garen.

**2** Suppengemüse putzen beziehungsweise schälen, waschen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Nach ca. 30 Minuten Garzeit mit in den Topf geben.

**3** Wirsing putzen, halbieren und in Streifen schneiden. In kochendem Salzwasser 3-4 Minuten blanchieren. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Butter in dem Topf erhitzen, Wirsing darin andünsten. Sahne angießen, mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und bei schwacher Hitze ca. 5 Minuten garen.

**4** Inzwischen Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden und in einer großen Pfanne im heißen Butterschmalz ca. 10 Minuten unter Wenden goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch aus der Brühe nehmen, kurz ruhen lassen und gegen die Faser in Scheiben schneiden. Mit Wirsing, Kartoffeln und Meerrettich anrichten.



# FÜR DIE GUTE STUBE

DER ESSTISCH VON OMA IST EIN MAGISCHER ORT,  
WO SELBST DIE RESTE VON GESTERN BESSER SCHMECKEN  
ALS DAS, WAS WIR SELBST KOCHEN ... MIT ALL  
DIESEN SCHÖNEN DINGE KÖNNEN WIR UNS KITSCH UND  
KÖSTLICHES VON DAMALS NACH HAUSE  
HOLEN UND IN ERINNERUNGEN SCHWELGEN





## Volle Kanne Retro

Wenn der Markenname zum Gattungsbegriff wird, hat man es als Unternehmen geschafft.

Die Thermoskanne, 1903 kaiserlich patentiert, feiert ihr 120-jähriges Jubiläum mit der Neuauflage des „Modells 18“ – das womöglich schon auf dem Küchenwagen der Großeltern stand. Die 0,5-Liter-Flasche im Schickimicki-Schottenmuster hält Heißes für 18 Stunden warm und Kaltes bis zu 24 Stunden kühl.



0,5-Liter-Isolierflasche „Revival“ von Thermos für ca. 35 €



Kein Wunder, dass sie darauf achtete, die Tischplatte vor Klecksen und Glaserändern zu bewahren. Aber das natürlich stets adrett mit einer abwischbaren Wachstischdecke.

Noch heute gleichermaßen praktisch wie stilvoll!



Wachstuch „Tutti Frutti“, verschiedene Größen und Formen, [tischdeckenfolie.de](http://tischdeckenfolie.de), ab ca. 12 €

## Was macht Oma, wenn sie im Internet surft?

Na, Häkelmuster googeln! Beim Online-Marktplatz Etsy wird sie gewiss fündig. Dort gibt's zum Beispiel die Anleitung für dieses Schmuckstück, das passenderweise mit „Granny Squares“ gehäkelt wird.



Häkelanleitung zum Download im Etsy-Shop DiBagsLT für ca. 2,80 €

Wer die Nadeln ruhen lassen möchte, entdeckt dort aber auch fertige Häkeltaschen.

## Heintjes Highlight!

Dieses Digitalradio empfängt auch unterwegs gute Songs – der Akku hält bis zu 24 Stunden. Ob nun Heintje oder Harry Styles, das hängt ganz von den zehn digitalen und analogen Lieblingssendern ab, die Sie auf dem Gerät speichern können.



Portables DAB+/UKW-Digitalradio „Nordmende Transita 120“, bei [digital1a.shop](http://digital1a.shop) für ca. 155 €

## Omis ganzer Stolz

Der Esstisch mit der rosa Resopalplatte

Für ein geschmiertes Brot gibt es viele Bezeichnungen. Aber ganz gleich, ob Sie sich eine Stulle, Kniffe oder Schnitte machen:

Am besten schmeckt sie doch mit Omas Marmelade – da sind wir uns wohl einig. Für ein ähnlich wonniges Wohlgefühl in Mund und Bauch sorgen die Fruchtaufstriche des österreichischen Familienbetriebs Staud's. Marille, Erdbeere oder auch Powidl – also Pflaume –, die Konfitüren beamen uns geschmacklich direkt in Omas Wohnküche.

Einzig die Frage, ob darunter noch eine Schicht Butter kommt, gilt es noch zu klären.



Konfitüren „Oma Staud“, verschiedene Sorten, 435-Gramm-Glas, ab ca. 3,50 €

## Damals wie heute

1953 zog die Serie „Vitavit“ von Fissler in die Haushalte ein und machte dank des mehrstufigen Kochventils Schnellkochen möglich.



Ständig weiterentwickelt, sorgt die Edelstahl-Schnellbratpfanne auch heute dafür, dass das Bauernfrühstück fix wie nix auf dem Tisch steht.

Vitavit Premium Schnellbratpfanne von Fissler, 18 cm Ø/1,8 Liter, für ca. 230 €

## Für Schürzenjägerinnen



Um uns beim Backen von Omas Kirschküchen nicht die handgestrickte Wolljacke zu bekleckern, bedarf es eines neuen Arbeitsgewands. Und obwohl die blumige Kittelschürze absolut ihren Charme hat, ziehen wir dieses nostalgisch anmutende Stück aus schwerem Leinen mit Rüschenriemen vor. Hm, das ginge vielleicht sogar als Sommerkleidchen durch...

Schürze von [so-linen.com](http://so-linen.com) für ca. 82 € (einfarbig) oder 90 € (Blumenmuster)



# Sonntags- essen

Vorspeise, Hauptgericht und Dessert  
in der guten Stube

# VORSPEISEN





# GESCHMACKIGE PILZBOUILLON

## mit feinen Wildbrätklößchen

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN

- **20 g getrocknete Steinpilze**
- **250 g Rehfleisch** (Keule oder Schulter; ohne Knochen)
- **1 Schalotte**
- **1 Knoblauchzehe**
- **1 EL Rapsöl**
- **½ Bund Schnittlauch**
- **2 EL Crushed Ice**
- **1 Ei** (Größe M)
- **50 g Schlagsahne**
- **2 EL Semmelbrösel**
- **1 Msp. Bio-Zitronenabrieb**
- **1 Msp. gemahlener Piment**
- **Salz, Pfeffer**
- **800 ml Wildfond** (oder Fleischbrühe)

### Pro Portion

ca. 5 g E, 24 g F, 8 g KH, 275 kcal

**1** Für die Brühe Pilze in 200 ml lauwarmem Wasser ca. 30 Minuten einweichen. Inzwischen für die Klößchen Rehfleisch trocken tupfen, in kleine Würfel schneiden und ca. 30 Minuten einfrieren. Schalotte und Knoblauch schälen, fein hacken. In heißem Öl glasig dünsten und abkühlen lassen. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

**2** Angefrorenes Fleisch mit Crushed Ice im Blitzhacker zu einer feinen

Brätmasse pürieren. Schalotte und Knoblauch, Hälfte Schnittlauch, Ei, Sahne und Semmelbrösel unterrühren. Mit Zitronenschale, Piment, Salz und Pfeffer würzen.

**3** In einem weiten Topf Wasser mit Salz zum Kochen bringen. Aus der Brätmasse mit zwei angefeuchteten Teelöffeln kleine Nocken formen und sofort ins leicht siedende Wasser geben. Offen bei schwacher Hitze 12–15 Minuten gar ziehen lassen.

**4** Inzwischen Pilze in ein feines Sieb abgießen, Einweichwasser auffangen und mit Wildfond ca. 5 Minuten köcheln. Pilze abspülen, größere kleiner schneiden. Alle Pilze in die Brühe geben und ca. 5 Minuten erhitzen. Auf Teller verteilen. Klößchen mit einer Schaumkelle aus dem Kochwasser heben, in die Bouillon setzen. Mit restlichem Schnittlauch bestreuen.

### DIE MIT DEM UMAMI-KICK

Lecker! Sagten vermutlich unsere Großeltern. „Umami“ nennen Küchenprofis heute den intensiven Geschmack getrockneter Pilze. Da viel Aroma im Einweichwasser landet, kann es gern mit in die Suppe. Gegen Sand- und Erdreste hilft ein simpler Kaffeefilter.

# Opa Peters liebste KARTOFFELSUPPE

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREI-  
TUNGSZEIT CA. 50 MINUTEN

- 1 Knoblauchzehe
- 350 g mehligkochende Kartoffeln
- 2 EL Butter
- 800 ml Gemüsebrühe
- 100 g gemischte Kräuter (z. B. Petersilie, Liebstöckel, Schnittlauch, Estragon und Kerbel)
- Salz, Pfeffer
- 150 g Schlagsahne

Pro Portion

ca. 5 g E, 20 g F, 34 g KH, 345 kcal

**1** Knoblauch schälen und grob hacken. Kartoffeln schälen und waschen, ca. 250 g grob würfeln. 1 EL Butter in einem Topf erhitzen, Kartoffelwürfel und Knoblauch darin ca. 3 Minuten andünsten. Brühe angießen, aufkochen, zudeckt ca. 20 Minuten garen.

**2** Inzwischen Kräuter waschen und dicke Stiele entfernen. Kräuter in kochendem Salzwasser ca. 30 Sekunden blanchieren, eiskalt abschrecken und gut ausdrücken. Dann grob hacken und mit wenig kaltem Wasser fein pürieren.

**3** Restliche Kartoffeln in kleine Würfel schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, Kartoffeln



darin unter Wenden knusprig braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**4** Sahne zur Suppe geben, weitere ca. 5 Minuten köcheln. Fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Suppenteller verteilen, Kräuterpüree daraufklecken und spiralförmig ineinanderziehen. Mit gebratenen Kartoffelwürfeln toppen. Dazu schmecken Roggenbrötchen.





# AFTER-WALDSPAZIERGANG-TERRINE

## „Von Champignon bis Steinpilz“

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE



- **10 g getrocknete Mischpilze**
- **600 g gemischte Pilze**  
(z. B. Steinpilze, Champignons, Kräuterseitlinge)
- **1 Zwiebel**
- **2 Knoblauchzehen**
- **4 Zweige Thymian**
- **2 EL Butter**
- **Salz, Pfeffer**
- **1 EL Speisestärke**
- **100 ml trockener Weißwein**
- **600 ml Gemüsebrühe**
- **200 g Schlagsahne**
- **etwas Zitronensaft**

Pro Portion

ca. 6 g E, 22 g F, 6 g KH, 275 kcal

**1** Getrocknete Pilze ca. 30 Minuten in etwas lauwarmem Wasser einweichen. Frische Pilze putzen und klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen.

**2** Butter in einem Topf erhitzen, frische Pilze darin ca. 8 Minuten unter Wenden braten. Ca. 4 EL abnehmen und warm halten. Zwiebel, Knoblauch und Hälfte Thymian zu den restlichen Pilzen geben und ca. 5 Minuten mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

**3** Eingeweichte Pilze durch ein Sieb abgießen, Einweichwasser auffangen, Pilze abspülen. Stärke über die gebratenen Pilze stäuben, unter Wenden kurz mitbraten, mit Wein ablöschen. Eingeweichte Pilze samt Einweichwasser und Brühe zugeben. Aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln.

**4** Suppe fein pürieren, dabei Sahne angießen. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Auf Suppenschalen verteilen, restliche gebratene Pilze daraufgeben. Mit restlichem Thymian und Pfeffer bestreuen.



# LEGENDÄR GUTE RINDFLEISCHSUPPE

## mit feinen Suppennudeln

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 2 STUNDEN



- **750 g Rindfleisch**  
(z. B. aus der Schulter)
- **Salz, Pfeffer**
- **1 Zwiebel**
- **2 Lorbeerblätter**
- **1 TL schwarze Pfefferkörner**
- **3 Wacholderbeeren**
- **2 kleine Möhren**
- **120 g Knollensellerie**
- **1 kleine Stange Porree**
- **200 g feine Nudeln** (z. B. Suppennudeln oder Spaghettini)
- **2 EL Schnittlauchröllchen**

Pro Portion

ca. 45 g E, 25 g F, 41 g KH, 590 kcal

**1** Fleisch trocken tupfen, in einen Topf legen, mit kaltem Wasser knapp bedecken. Etwas Salz zugeben, einmal aufkochen. Entstandenen Schaum abschöpfen. Von der Zwiebel die äußere, grobe Schale entfernen. Zwiebel halbieren und auf den Schnittflächen in einer Pfanne ohne Fett kräftig anrösten, zum Fleisch geben. Lorbeer, Pfefferkörner und Wacholderbeeren zufügen. Alles ca. 1 ½ Stunden bei schwacher Hitze köcheln.

**2** Möhren und Sellerie schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Porree putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Fleisch

herausnehmen. Brühe durch ein feines Sieb in einen sauberen Topf gießen und wieder aufkochen. Gemüse darin ca. 10 Minuten garen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**3** Inzwischen Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen. Fleisch in mundgerechte Stücke schneiden und ca. 5 Minuten in der Brühe mit erhitzen. Nudeln abgießen, abtropfen lassen und mit der Fleischbrühe auf Suppenteller verteilen. Mit Schnittlauch bestreuen.

## EASY LIKE RAGOUT FIN

„Vorbereitung ist alles. So unser Familienmotto bei Festessen. Damit alle gemeinsam entspannt am Tisch sitzen konnten, gab's Heiligabend aber nicht etwa Fondue oder kalten Braten. Sondern Ragout fin und Pastetchen!“

Nur mein Opa Michel sprengte das Alles-ist-vorbereitet-Konzept. Der möchte keinen Blätterteig, daher wurden für ihn extra Kartoffeln gekocht.“

Myriam, rücksichtsvolle Gästин („Ich ess alles“)



## HÄHNCHEN- RAGOUT-FIN À LA KÄTHE in Königinpasteten

Bitte umblättern ...



# HÄHNCHEN-RAGOUT-FIN

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN

- 1 Zwiebel
- 1 Bund Suppengemüse
- 1 Suppenhuhn (ca. 1,2 kg)
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Gewürznelken
- 1 EL Pfefferkörner
- Salz, Pfeffer
- 250 g kleine Champignons
- 60 g Butter
- 60 g Mehl
- 300 g TK-Erbsen
- 1–2 EL Zitronensaft
- 4 Stiele Petersilie

Pro Portion

ca. 55 g E, 15 g F, 22 g KH, 440 kcal

**1** Zwiebel schälen, vierteln. Suppengemüse putzen beziehungsweise schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Huhn waschen, mit den vorbereiteten Zutaten in einen großen Topf geben. Lorbeer, Nelken und Pfefferkörner zugeben. Ca. 2 l kaltes Wasser angießen, sodass das Huhn bedeckt ist. Aufkochen, ca. 1 Stunde köcheln, dabei immer wieder entstandenen Schaum abschöpfen.

**2** Huhn aus dem Topf nehmen und abkühlen lassen. Brühe durch ein Sieb gießen, mit Salz würzen.

1 l abmessen, Rest anderweitig verwenden. Vom Huhn die Haut entfernen, Fleisch vom Knochen lösen und in mundgerechte Stücke schneiden.

**3** Pilze putzen und vierteln. Butter in einem großen Topf schmelzen. Mehl darüberstäuben und anschwitzen. Nach und nach die Brühe unter Rühren angießen und ca. 5 Minuten köcheln.

**4** Pilze und gefrorene Erbsen in die Soße geben und 2–3 Minuten köcheln. Fleisch zufügen und in der Soße erhitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken. Petersilie waschen, trocken schütteln und Blättchen fein hacken. Über das Ragout streuen. Dazu schmecken Blätterteigpasteten (Rezept unten; diese vor dem Servieren kurz im heißen Ofen erwärmen).

## KÖNIGIN-PASTETEN

FÜR 4 STÜCK // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 45 MINUTEN



**- 1 Packung TK-Blätterteig**

(450 g; 6 rechteckige Scheiben)

**- 1 Ei**

- Backpapier

- Alufolie

**Pro Stück**

ca. 7 g E, 27 g F, 27 g KH, 400 kcal

**1** Blätterteigscheiben nebeneinander auf der Arbeitsfläche ca. 10 Minuten antauen lassen. Aus jeder Scheibe 2 Kreise (à 7,5 cm Ø) ausstechen. 4 Kreise auf ein mit Backpapier belegtes Blech setzen und dünn mit Wasser bestreichen.

**2** Aus den restlichen 8 Kreisen je 1 kleineren Kreis (ca. 4 cm Ø) ausstechen. 4 kleine Teigkreise ebenfalls auf das Blech legen. Je 2 entstandene Teigringe auf die großen Kreise setzen, dabei mit etwas Wasser bestreichen. Rest Teig aufeinanderlegen (nicht kneten) und ausrollen. 4 weitere Ringe ausstechen und auf die Teigpasteten setzen.

**3** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C). Ei verquirlen, Pastetenrand und kleine Teigkreise damit bestreichen. 4 Streifen Alufolie zu Zylindern (ca. 4 cm Ø) formen. In die Mitte der Pasteten stellen. Im heißen Ofen ca. 15 Minuten backen, Teigdeckel eventuell schon vorher herausnehmen, damit sie nicht zu dunkel werden. Pasteten etwas abkühlen lassen und Alufolie vorsichtig entfernen.



- 3 große Zwiebeln
- 2 rote Paprikaschoten
- 400 g Champignons
- 150 g Bacon (Frühstücksspeck)
- 2 EL Öl
- Salz, Pfeffer
- edelsüßes Paprikapulver
- 2 TL getrockneter Oregano
- Zucker
- 2 EL Tomatenmark
- 1 EL Mehl
- 500 g passierte Tomaten
- 125 g Schlagsahne
- 6 dünne Rinderrouladen  
(à ca. 200 g)
- evtl. Oreganoblättchen
- evtl. Alufolie

**Pro Portion**

ca. 49 g E, 29 g F, 14 g KH, 520 kcal

# ROULADENBRATEN

„Gestapelt, nicht gerollt“

FÜR 6 PORTIONEN //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 3 1/4 STUNDEN

**1** Zwiebeln schälen und würfeln. Paprika putzen, waschen und in Würfel schneiden. Pilze putzen und halbieren.

**2** Bacon in feine Streifen schneiden. In einer heißen Pfanne ohne Fett knusprig auslassen, herausnehmen. Öl im Speckfett erhitzen. Pilze darin rundherum kräftig anbraten. Paprika und Zwiebeln zufügen, kurz mitbraten. Mit Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Oregano und Zucker würzen. Tomatenmark einröhren, kurz andünsten. Mehl darüberstäuben, kurz anschützen. Mit passierten Tomaten, 100 ml Wasser und Sahne ablöschen. Aufkochen, ca. 2 Minuten köcheln. Bacon zugeben und abschmecken.

**3** Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft: 160 °C). Rouladenfleisch trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Abwechselnd mit Soße in eine rechteckige Auflaufform (ca. 20 × 30 cm) schichten, mit Soße abschließen. Form mit einem Deckel oder Alufolie verschließen. Im heißen Ofen ca. 2 Stunden schmoren. Deckel beziehungsweise Folie entfernen und offen weitere 20–30 Minuten garen. Nach Belieben mit Oregano bestreuen. Dazu schmeckt die Laugenknödelrolle (Rezept auf Seite 45).



#### DARAUF FREUEN WIR UNS WIE EIN SCHNITZEL

Geizen dürfen wir nicht beim Sonntagsessen à la Oma – weder beim Fleisch noch beim Fett (dafür gibt es ja Cheat-Days!). Nach vielen Tests ist klar: Zum Ausbacken braucht es Butterschmalz. Und ja, Öl geht auch, aber irgendwie schmeckt's dann nicht wie früher. Außerdem ist noch wichtig, die Schnitzel nicht in die Pfanne zu quetschen und diese beim Braten leicht zu schwenken, damit immer wieder heißes Fett auf die Panade schwappt.

# DENKWÜRDIGE KALBSSCHNITZEL

## an lauwarmem Kartoffelsalat

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN

- 800 g festkochende Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 150 ml Gemüsebrühe
- 3 EL Weißweinessig
- 1 TL mittelscharfer Senf
- 3 EL Öl
- Salz, Pfeffer
- 8 Kalbsschnitzel (à ca. 75 g)
- 3 Eier
- 3 EL Mehl
- 150 g Semmelbrösel
- ca. 200 g Butterschmalz
- 1 Bund Schnittlauch
- evtl. Zitronenspalten, frittierte Petersilie und Preiselbeeren

Pro Portion

ca. 43 g E, 40 g F, 61 g KH, 790 kcal

**1** Kartoffeln gründlich waschen und in kochendem Wasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen, ausdampfen lassen, pellen und abkühlen lassen.

**2** Zwiebel schälen, fein würfeln. Mit Brühe und Essig aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln. Kartoffeln in Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Zwiebelsud mit Senf und Öl verrühren, über die Kartoffeln gießen. Salat mit Salz und Pfeffer würzen, zugedeckt ziehen lassen.

**3** Schnitzel trocken tupfen, nach Bedarf flacher klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Eier in einem tiefen Teller verquirlen. Mehl und Semmelbrösel auf zwei weitere Teller geben. Schnitzel erst im Mehl, dann im Ei und zum Schluss in den Semmelbröseln wenden.

**4** Inzwischen Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Direkt nach dem Panieren je 2 Schnitzel nacheinander darin 6–8 Minuten goldbraun ausbacken, zwischendurch einmal wenden. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm halten, bis alle ausgebacken sind.

**5** Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Über den Salat streuen und mit den Schnitzeln anrichten. Nach Belieben mit Zitronenscheiben und frittierte Petersilie garnieren und Preiselbeeren dazu reichen.





# OFENGESCHMORTE ROULADEN

## mit Rotkohl-Speck-Füllung

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 2 ½ STUNDEN

### Für die Rouladen

- **8 Rinderrouladen**  
(à 125 g; vom Fleischer dünn aufgeschnitten)
- **Salz, Pfeffer**
- **8 TL mittelscharfer Senf**
- **8 dünne Scheiben geräucherter durchwachsener Speck**
- **8 EL Rotkohl** (Glas; abgetropft)
- **200 g Zwiebeln**
- **100 g Knollensellerie**
- **200 g Möhren**
- **1 Zweig Rosmarin**
- **4–6 Stiele Thymian**
- **3 EL Öl**
- **2 EL Tomatenmark**
- **400 ml trockener Rotwein**
- **400 ml Rinderbrühe**
- **1–2 Lorbeerblätter**
- **evtl. 1 EL Soßenbinder**
- Küchengarn

### Für das Püree

- **700 g mehligkochende Kartoffeln**
- **250 g Knollensellerie**
- **ca. 100 ml Milch**
- **2 EL Butter**
- **Salz**

#### Pro Portion

ca. 62 g E, 42 g F, 41 g KH, 890 kcal

**1** Rouladenfleisch trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Jede Roulade mit 1 TL Senf bestreichen, mit 1 Scheibe Speck belegen und 1 EL Rotkohl daraufgeben. Rouladen aufrollen und mit Küchengarn umwickeln. Zwiebeln, Sellerie und Möhren schälen und alles in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Rosmarin und Thymian waschen, trocken tupfen.

**2** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 180 °C). Öl in einem Bräter mit ofenfestem Deckel erhitzen. Rouladen darin rundherum kräftig anbraten, herausnehmen und beiseitestellen. Zwiebel- und Gemüsewürfel im Bratfett ca. 5 Minuten unter Wenden anbraten. Tomatenmark einrühren und kurz mit andünsten. Mit Rotwein und Brühe ablöschen. Lorbeer, Rosmarin und Thymian zugeben, aufkochen und ca. 5 Minuten köcheln. Rouladen hineinlegen und zugedeckt im heißen Ofen ca. 1 ¾ Stunden schmoren.

**3** Inzwischen für das Püree Kartoffeln und Sellerie schälen, waschen und grob würfeln. Zusammen in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten weich garen. Abgießen, Milch und Butter zugeben und mit einem Kartoffelstampfer fein zerdrücken. Mit Salz abschmecken.

**4** Bräter aus dem Ofen nehmen. Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Belieben mit Soßenbinder andicken. Rouladen mit Soße anrichten, Kartoffel-Sellerie-Püree dazu reichen.

### DAS HAT NOCH VEGGIE-POTENZIAL

Röstaromen, Wein, Gewürze – das alles vermischt sich beim Schmoren zur perfekten Soße. Das Gemüse darin ist gleichzeitig Geschmacksgeber, Beilage und potenzieller Soßenbinder. Die Soße ist zu dünn? Pürierstab raus und etwas vom Gemüse in der Flüssigkeit pürieren. Dann braucht es keine Stärke oder Soßenbinder. Unser Rat: Garen Sie daher lieber gleich ein paar Veggies mehr mit, damit genügend Beilage bleibt.





# KLASSISCHE KÖNIGSBERGER KLOPSE

## mit knackfrischem Rote-Bete-Salat

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¼ STUNDEN

---

### Für den Salat

- 500 g **Rote Bete**
- 2 EL **Apfelessig**
- 1 EL **flüssiger Honig**
- **Salz, Pfeffer**
- 2 EL **Rapsöl**
- 1 **kleine Zwiebel**
- 4 **Stiele Petersilie**
- ½ **Kästchen Gartenkresse**

### Für die Klopse

- 1 **Brötchen** (vom Vortag)
- 3 **Sardellenfilets** (Glas)
- 1 **Zwiebel**
- 3 EL **Butter**
- 500 g **Kalbshack**
- 1 **Ei** (Größe M)
- **Salz, Pfeffer**
- **geriebene Muskatnuss**
- 1 l **Fleischbrühe**
- 1 **Lorbeerblatt**
- 3–4 **Pimentkörner**
- 2 EL **Mehl**
- 2 EL **Kapern** (Glas)
- 1 TL **scharfer Senf**
- 150 g **Schlagsahne**
- ½ TL **Bio-Zitronenabrieb**
- 2 TL **Zitronensaft**

### Pro Portion

ca. 34 g E, 29 g F, 24 g KH, 530 kcal

**1** Für den Salat Rote Beten schälen (Einmalhandschuh verwenden!) und in dünne Scheiben hobeln beziehungsweise schneiden. Essig, Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Öl unterschlagen. Vinaigrette mit den Roten Beten mischen.

**2** Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Kresse vom Beet schneiden. Zwiebel und Kräuter zum Salat geben und zugedeckt beiseitestellen.

**3** Für die Klopse Brötchen in luke-warmem Wasser einweichen. Sardellen fein hacken. Zwiebel schälen, fein würfeln und in 1 EL heißer Butter glasig dünsten. Brötchen ausdrücken, mit Hack, Zwiebel, Sardellen und Ei verkneten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen kleine Klopse formen.

**4** Brühe mit Lorbeer und Piment aufkochen. Klopse hineingeben und bei schwacher Hitze ca. 15 Minuten darin gar ziehen lassen. Klopse herausnehmen und warm halten. Brühe durch ein Sieb gießen.

**5** 2 EL Butter in einem Topf schmelzen. Mehl darin unter Rühren anschwitzen. 500 ml Brühe nach und nach einrühren und aufkochen. Kapern, Senf und Sahne zugeben, Soße ca. 10 Minuten köcheln. Mit Zitronenschale, -saft, Salz und Pfeffer abschmecken. Klopse wieder zugeben und kurz in der Soße erhitzen. Mit Rote-Bete-Salat anrichten. Dazu schmecken Petersilienkartoffeln.

### SPITZENKÜCHE AUF STERNENIVEAU

So wäre das Gericht vermutlich beschrieben worden, hätte es den Guide Michelin im 18. Jahrhundert schon gegeben. Die gegarten Klopse in sämiger Soße würde man heute als Haute Cuisine bezeichnen. Schließlich kamen höchstens in der Obergeschicht bekannte Zutaten wie Sardellen, Kapern oder Zitronen hinein. Und selbst das Kalbfleisch musste damals noch von Hand gehackt werden (der Fleischwolf wurde nämlich erst im 19. Jahrhundert erfunden).



# TRADITIONSBULETTEN

## mit Rahmkohlrabi und Kartoffel-Erbsen-Stampf

FÜR 4 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE



- 500 g Kohlrabi
- 4 EL Butter
- 150 g Schlagsahne
- 250 g TK-Erbsen
- 200 ml Milch
- geriebene Muskatnuss
- 2 EL gehackte Petersilie

Pro Portion

ca. 40 g E, 55 g F, 52 g KH, 885 kcal

**4** Gefrorene Erbsen zu den Kartoffeln geben und 3–5 Minuten mitgaren. Abgießen und abtropfen lassen. Zurück in den Topf geben. Milch und 2 EL Butter zugeben und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit Muskat und Salz abschmecken. Mit Frikadellen und Kohlrabigemüse anrichten. Bratfett über die Frikadellen trüpfeln, mit Petersilie bestreut servieren.



**1** Brötchen in lauwarmem Wasser einweichen. Kartoffeln schälen, waschen und klein schneiden. In kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten weich garen. Zwiebel schälen und fein würfeln.

**2** Brötchen gut ausdrücken, mit Zwiebel, Senf, Hack, Ei, Meerrettich, Semmelbröseln, Salz und Pfeffer verkneten. Aus der Masse 8 Frikadellen formen und im heißen Öl unter Wenden ca. 10 Minuten braten.

**3** Kohlrabi schälen und in ca. 1 cm dicke Stifte schneiden. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen, Kohlrabi darin ca. 3 Minuten dünsten. Sahne angießen, aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und 6–7 Minuten bei schwacher Hitze köcheln.

- 1 Brötchen (vom Vortag)
- 600 g mehligkochende Kartoffeln
- Salz, Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 600 g gemischtes Hack
- 1 Ei (Größe M)
- 1 EL geriebener Meerrettich (frisch oder Glas)
- 2 EL Semmelbrösel
- 2 EL Rapsöl

### FAMILIENBANDE

Rund 50 Namen soll es in Deutschland für Frikadellen geben. Unsere Favoriten: Grilletta und deutsches Beefsteak. Die heiß geliebte Bulette hat weltweit würzige Verwandtschaft: Köttbullar (Rezept auf Seite 56), Cevapcici (Seite 62), spanische Albondigas, griechische Koftedes, haitianische Boulèt, provenzalische Caillettes ...



## SCHWEINSBRATEN MIT KRUSTE und Speckkraut

Bitte umblättern ...



# SCHWEINSBRÄTEN MIT KRUSTE

## und Speckkraut

FÜR 8 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 3 STUNDEN

### - 2 kg Schweinekrustenbraten

(Schwarze vom Schlachter einschneiden lassen)

### - Salz, Pfeffer

### - 1 EL Kümmelsamen

### - 600 ml heiße Gemüsebrühe

### - 1 Bund Suppengemüse

### - 1,2 kg Weißkohl

### - 1 Zwiebel

### - 1 Apfel

### - 100 g Speckwürfel

### - Zucker

### - 500 ml dunkles oder Malzbier

### - ca. 2 TL Speisestärke

### - 2 EL Apfelessig

### - evtl. gehackte Petersilie

#### Pro Portion

ca. 54 g E, 31 g F, 10 g KH, 560 kcal

**1** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft: 160 °C). Schwarze des Schweinebratens mit 1 TL Salz und Kümmel einreiben. Darauf achten, dass besonders die Einschnitte Würze abbekommen. Fleisch mit der Schwarze nach oben in einen großen Bräter setzen. 400 ml Brühe an das Fleisch gießen.

Im heißen Ofen ca. 2 Stunden braten. Nach Bedarf noch etwas heißes Wasser angießen.

**2** Suppengemüse putzen beziehungsweise schälen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Nach ca. 1 Stunde Garzeit in dem Bräter verteilen. Braten immer mal wieder mit dem Bratensud begießen.

**3** Für das Kraut Kohl putzen, waschen, vierteln und in Streifen vom Strunk schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Apfel schälen, vierteln, entkernen und klein würfeln. Speck in einem heißen Topf knusprig auslassen, herausnehmen. 1 EL Zucker im Speckfett leicht bräunen. Zwiebel und Apfel zugeben und andünsten. Kohl zufügen, 200 ml Brühe angießen, mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen. Zugedeckt ca. 1 Stunde schmoren, dabei mehrmals umrühren.

**4** Nach 2 Stunden Garzeit Backofentemperatur erhöhen (Ober-/Unterhitze: 220 °C/Umluft: 200 °C). Bier über den Braten gießen und ca. 30 Minuten zu Ende garen, bis die Kruste knusprig ist. Bräter aus dem Ofen nehmen, Braten herausheben und warm stellen. Bratensud durch ein Sieb in einen Topf gießen und aufkochen. Stärke mit wenig Wasser glatt rühren, Soße damit binden und abschmecken.

**5** Speck unter das Kraut mischen, mit Salz, Pfeffer, Essig und Zucker abschmecken. Braten in Scheiben schneiden, mit Kraut servieren. Nach Belieben mit gehackter Petersilie bestreuen. Dazu schmecken Kartoffelklöße (siehe Rezept rechts).

# KARTOFFEL- KLÖSSE

„halb & halb“

FÜR 16 STÜCK // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE

### - 1,25 kg mehligkochende Kartoffeln

### - Salz

### - 125 g Kartoffelmehl

#### Pro Stück

ca. 2 g E, 0 g F, 18 g KH, 82 kcal

**1** Kartoffeln schälen und waschen. Hälften in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten weich garen. Restliche Kartoffeln direkt in eine Schüssel mit kaltem Wasser fein reiben.

**2** Gekochte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen und durch eine Kartoffelpresse drücken oder fein zerstampfen. Rohe Kartoffeln auf ein sauberes Geschirrtuch geben und gut auspressen, zum Kartoffelstampf geben. 1 TL Salz und Kartoffelmehl zufügen und gut verkneten. Aus der Masse mit angefeuchteten Händen ca. 16 Klöße formen.

**3** Reichlich Wasser mit Salz in einem großen Topf aufkochen. Hitze reduzieren und Klöße vorsichtig hineingeben, in siedendem Wasser ca. 15 Minuten gar ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen.

- 50 g Zartbitterschokolade
- 250 g Mascarpone
- 250 g Magerquark
- abgeriebene Schale von 1 Bio-Orange
- 100 g Puderzucker
- 2 Päckchen Sahnefestiger
- 400 g Schlagsahne
- 3-4 EL Whiskey-Sahne-Likör (z. B. Baileys)
- 1 TL Kakaopulver
- evtl. Minzblättchen

**Pro Portion**

ca. 4 g E, 29 g F, 21 g KH, 360 kcal

**1** Schokolade hauen und über einem warmen Wasserbad schmelzen. Mascarpone, Quark und Orangenschale verrühren. Puderzucker und Sahnefestiger mischen. Sahne steif schlagen, Zuckermix dabei einrieseln lassen. Unter die Mascarponecreme ziehen.

**2** Mascarponecreme halbieren. 1 EL Creme und Likör unter die geschmolzene Schokolade rühren, dann mit Kakao unter die restliche Cremehälfte rühren. Schokocreme in eine Schüssel oder kleine Auflaufform geben. Helle Creme daraufstreichen. Mit einem Löffel leicht marmorieren, glatt streichen und ca. 2 Stunden kalt stellen. Mit großen Esslöffeln Nocken abstechen. Nach Belieben mit Minze verzieren.

## Beschwipste KUHFLECKEN-NOCKEN

FÜR 8 PORTIONEN //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 25 MINUTEN





# ROTE GRÜTZE

## mit weltbester Vanillesoße

FÜR 6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT  
CA. 45 MINUTEN

### Für die rote Grütze

- je 125 g **Himbeeren und Heidelbeeren** (frisch oder TK)
- je 250 g **Johannisbeeren, Erdbeeren und Kirschen** (frisch oder TK)
- 2 EL Zucker
- 1 EL Maisstärke
- 500 ml Kirschnektar

### Für die Vanillesoße

- 2 Eigelb (Größe M)
- 400 ml Milch
- 3 EL Zucker
- 20 g Maisstärke
- 1 Vanilleschote
- 200 g Schlagsahne

#### Pro Portion

ca. 6 g E, 13 g F, 41 g KH, 340 kcal

**1** Für die rote Grütze frische Früchte verlesen beziehungsweise waschen und putzen, größere kleiner schneiden. Zucker und Stärke mischen, mit 100 ml Nektar glatt rühren. Restlichen Nektar aufkochen. Stärkemix einrühren und unter Rühren 1–2 Minuten köcheln. Frische beziehungsweise gefrorene Früchte zufügen und weitere 3–5 Minuten köcheln. Vom Herd ziehen und auskühlen lassen.



**2** Für die Vanillesoße Eigelb mit 5 EL Milch und 1 EL Zucker mit den Schneebesen des Rührgeräts cremig aufschlagen. 5 EL Milch mit Stärke verrühren. Vanilleschote längs halbieren. Mark herauskratzen. Mark und Schote mit der restlichen Milch, Sahne und 2 EL Zucker aufkochen.

**3** Vanilleschote aus der Milch entfernen, Stärkemix einrühren. Unter ständigem Rühren aufkochen und ca.

1 Minute köcheln, bis die Soße andickt. Eigelbmix zufügen, unter Rühren erhitzen, aber nicht mehr kochen lassen. Auskühlen lassen, dabei mehrmals umrühren. Rote Grütze mit der Vanillesoße servieren.



# GESTÜRZTER GRIESSFLAMMERI

## unter Brombeercompott

FÜR 4–6 PORTIONEN // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 35 MINUTEN + WARTEZEIT

- 1 Vanilleschote
- 500 ml Milch
- 60 g + 3–4 EL Zucker
- 1 EL Butter
- 75 g Weichweizengrieß
- 1 Ei (Größe M)
- 1 Prise Salz
- 500 g TK-Brombeeren
- 2–3 EL Zitronensaft

Pro Portion (bei 6)

ca. 6 g E, 6 g F, 36 g KH, 235 kcal

**1** Vanilleschote längs halbieren und das Mark herauskratzen. Milch, 60 g Zucker, Butter, Vanilleschote und -mark in einen Topf geben und aufkochen. Grieß unter Rühren in die Vanillemilch streuen, aufkochen und 2–3 Minuten bei schwacher Hitze quellen lassen. Vom Herd ziehen und etwas abkühlen lassen.

**2** Vanilleschote entfernen. Ei trennen. Eigelb unter den lauwarmen Grieß rühren. Eiweiß mit Salz steif schlagen. Eischnee unter den Grieß heben. Grieß in eine kalt ausgespülte Puddingform (ca. 700 ml) füllen, bei Zimmertemperatur abkühlen lassen, dann ca. 2 Stunden kalt stellen.

**3** Gefrorene Brombeeren mit 3–4 EL Zucker und Zitronensaft aufkochen und ca. 8 Minuten köcheln. Kompott auskühlen lassen. Pudding aus der Form stürzen, mit Brombeercompott anrichten.





# Kaffee- kränzchen

Kuchen, Torten und  
Schnittchen



# OMA MARGARETHES NUSSROLLE

## mit Preiselbeer-Joghurt-Füllung

FÜR 12-15 STÜCKE //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 55 MINUTEN + WARTEZEIT

- **4 Eier** (Größe M)
- **1 Prise Salz**
- **125 g + etwas Zucker**
- **125 g Mehl**
- **100 g gemahlene Haselnüsse**
- **2 TL Backpulver**
- **2 Blatt Gelatine**
- **300 g Naturjoghurt**
- **1 Päckchen Vanillezucker**
- **350 g Schlagsahne**
- **400 g Wildpreiselbeeren** (Glas)
- Backpapier

**Pro Stück (bei 15)**  
ca. 5 g E, 14 g F, 21 g KH, 235 kcal

**1** Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft 180 °C). Eier trennen. Eiweiß mit Salz steif schlagen, dabei zum Ende 100 g Zucker einrieseln lassen. Eigelb kurz unterrühren. Mehl, Nüsse und Backpulver mischen, unter die Eiercreme heben. Masse auf ein mit Backpapier belegtes Blech (ca. 30 × 40 cm) geben und glatt streichen. Im heißen Ofen 10-12 Minuten backen. Herausnehmen und

Biskuit sofort auf ein mit Zucker bestreutes Geschirrtuch stürzen. Backpapier vorsichtig abziehen und Biskuit mithilfe des Tuchs von einer kurzen Seite her aufrollen. Auskühlen lassen.

**2** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Joghurt, 25 g Zucker und Vanillezucker glatt rühren. Gelatine ausdrücken, bei schwacher Hitze auflösen und 2 EL Joghurt unterrühren. Dann diese Masse zügig unter den restlichen Joghurt rühren. Kalt stellen, bis der Joghurt zu gellen beginnt. 200 g Sahne steif schlagen und unterheben.

**3** Biskuit entrollen. Preiselbeeren glatt rühren, 50 g beiseitestellen. Restliche Preiselbeeren auf die Biskuitplatte streichen, dabei runderum einen kleinen Rand frei lassen. Joghurtcreme daraufstreichen und Biskuit wieder aufrollen. Rolle ca. 4 Stunden kalt stellen.

**4** Zum Verzieren 150 g Sahne steif schlagen, in einen Spritzbeutel mit Lochtülle füllen und wellenförmig auf die Rolle spritzen. Restliche Preiselbeeren in Klecksen darauf verteilen.



### BISKUIT-WEISHEITEN

„Den ersten Backkurs hatte ich mit acht. Da erklärte mir Oma, was bei Biskuitrollen wichtig ist.

Erstens: die Backzeit. Ist der Boden zu lange im Ofen, wird er trocken und bricht leichter. Daher drückte sie kurz vorm Herausnehmen den goldgelben Biskuit leicht ein. Federte er zurück, war er perfekt. Und zweitens: Den warmen Boden vor dem Auskühlen aufrollen. Mit diesem Wissen habe ich während meiner Konditorinnenausbildung gepunktet.“

**Myriam,**  
**Kuchen-in-Umlauf-Bringerin**

# ENDLICH-FRÜHLING-RHABARBERKUCHEN

## mit zartem Vanillebaiser

FÜR CA. 16 STÜCKE //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN + WARTEZEIT

- 750 g Rhabarber
- abgeriebene Schale und Saft von 1 Bio-Orange
- 2 EL + 325 g Zucker
- 7 Eier (Größe M)
- 250 g weiche + etwas Butter
- 2 Päckchen Vanillezucker
- Salz
- 250 g + etwas Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 gehäufter EL Speisestärke
- 1 EL Puderzucker

**Pro Stück**

ca. 6 g E, 16 g F, 36 g KH, 315 kcal

**1** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Rhabarber putzen, waschen, klein schneiden. Mit Orangenschale und 2 EL Zucker mischen. 4 Eier trennen, Eiweiß kalt stellen. 250 g Butter, 125 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker und 1 Prise Salz cremig rühren. Erst Eigelb, dann 3 Eier einzeln unterrühren. 250 g Mehl und Backpulver mischen, mit Orangensaft kurz unterrühren.

**2** Teig in eine gefettete und mit Mehl ausgestäubte Springform (28 cm Ø) füllen und glatt streichen. Ca. 400 g Rhabarber auf dem Teig verteilen. Im heißen Ofen ca. 25 Minuten backen.

**3** Eiweiß und 1 Prise Salz steif schlagen, dabei zum Ende 200 g Zucker und 1 Päckchen Vanillezucker einrieseln lassen. Weiterschlagen, bis der Eischnee fest ist und glänzt. Restlichen Rhabarber mit Stärke mischen und unterheben.

**4** Kuchen aus dem Ofen nehmen. Rhabarberbaiser wolkig daraufstreichen, dabei rundherum ca. 2 cm Rand frei lassen. Im heißen Backofen bei gleicher Temperatur weitere ca. 40 Minuten backen. Kuchen vorsichtig vom Formrand lösen, aus der Form heben und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Mit Puderzucker bestäubt servieren.



**DEN FARBCODE ENTSLÜSSELN**

Viele Rhabarbersorten haben zwar ein rosa Äußeres, sind innen (Enttäuschung!) aber grün. In der Rhabarbersaison lohnt daher der Weg zum Wochenmarkt: Hier gibt's Sorten mit rosafarbenem Inneren wie „Canada Red“ oder „Holsteiner Edelblut“. Die komplett rot gefärbten Stangen schmecken zudem am mildesten. Die mit rosa Schale und grünem Inneren sind etwas säuerlicher, und komplett grüne Stangen sind besonders herb.



# BODENLOSER BLITZ-KÄSEKUCHEN

## mit Aprikosen aus der Dose, Löffelbiskuits & Sahne

FÜR CA. 12 STÜCKE // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ½ STUNDEN + WARTEZEIT



- 1 kleine und 1 große Dose Aprikosen (480 g und 240 g Abtropfgewicht)
- 100 g Löffelbiskuits
- Fett für die Form
- 50 g + 2 EL Mandelblättchen
- 150 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 30 g Speisestärke

- 750 g Speisequark (40% Fett)
- 200 g saure Sahne
- 2 EL Zitronensaft
- 5 Eier (Größe M)
- 150 g Schlagsahne
- evtl. Minze zum Verzieren

Pro Stück

ca. 12 g E, 18 g F, 30 g KH, 350 kcal

**1** Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 160 °C/Umluft 140 °C). Aprikosen abgießen und abtropfen lassen. 250 g Aprikosen beiseitestellen. Löffelbiskuits in Stücke schneiden. Eine Springform mit hohem Rand (22 cm Ø) gut fetten, mit 50 g Mandelblättchen ausstreuen. Zucker, Vanillezucker und Stärke mischen. Quark mit saurer Sahne, Zitronensaft, Zuckermix und Eiern verrühren.

**2** Etwas Quarkcreme in der Form verteilen. Mit Löffelbiskuits bestreuen und Aprikosen daraufgeben. Restliche Quarkcreme daraufgießen, glatt streichen. Kuchen im heißen Ofen ca. 1 Stunde backen. Ofen

ausstellen, Kuchen bei leicht geöffneter Backofentür ca. 30 Minuten darin abkühlen lassen. Dann herausnehmen und ganz auskühlen lassen.

**3** 2 EL Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Von den beiseitegestellten Aprikosen 1 in Spalten schneiden, die restlichen Aprikosen fein pürieren. Sahne steif schlagen. Kuchen aus der Form lösen, auf eine Tortenplatte setzen. Mittig mit Sahne bestreichen. Mit etwas Aprikosensoße beträufeln, mit Aprikosenpalten und nach Belieben Minze verzieren. Mit Mandelblättchen bestreuen. Rest Soße dazu reichen.

# EXTRASAFTIGER MARMORKRANZ

## im Zebrastreifenlook

FÜR CA. 16 STÜCKE // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

- 375 g + etwas Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 1 Prise Salz
- 250 g Zucker
- 5 Eier (Größe M)
- 300 ml + etwas Öl  
(z. B. Sonnenblumenöl)
- 175 ml + 3 EL Eierlikör
- 3 EL Kakaopulver
- 250 g Schlagsahne
- 1 EL Puderzucker
- Schoko-Zebraröllchen

### Pro Stück

ca. 6 g E, 27 g F, 37 g KH, 430 kcal

**1** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). 375 g Mehl, Backpulver, Salz und Zucker mischen. Eier, 300 ml Öl und 125 ml Eierlikör zufügen und ca. 2 Minuten glatt rühren. Knapp die Hälfte des Teiges mit Kakao und 3 EL Eierlikör verrühren.

**2** Beide Teige abwechselnd in dünne Schichten in eine geölte und mit Mehl ausgestäubte Gugelhupfform (ca. 2,8 l Inhalt; oder Springform mit Kranzeinsatz, 26 cm Ø) geben und leicht wellig verstreichen.

**3** Kuchen im heißen Ofen ca. 45 Minuten backen. Herausnehmen, 20–30 Minuten abkühlen lassen und dann vorsichtig aus der Form stürzen. Auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

**4** Sahne steif schlagen, 50 ml Eierlikör unterziehen. Den Kranz mit Puderzucker bestäuben, mit einigen Sahneklecksen verzieren und mit Zebraröllchen bestreuen. Restliche Sahne dazu reichen.





## Im Familienkreis gefeierter **KOKOS-KIRSCH-GUGELHUPF**

FÜR CA. 16 STÜCKE //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

- **350 g TK-Sauerkirschen**  
(aufgetaut)
- **150 g Kokos-Mandel-Konfekt**  
(z. B. „Raffaelo“)
- **250 g + etwas Mehl**
- **½ Päckchen Backpulver**
- **150 g Kokosraspel**
- **3 Eier** (Größe M)
- **1 Prise Salz**
- **200 g Zucker**
- **125 ml + etwas Öl**  
(z. B. Sonnenblumenöl)
- **125 g Aprikosen-**  
**fruchtaufstrich** (ohne Stücke)

Pro Stück

ca. 2 g E, 19 g F, 33 g KH, 330 kcal

**1** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Kirschen auf einem Sieb abtropfen lassen, dabei etwas Saft auffangen. Kokoskugeln halbieren. 250 g Mehl, Backpulver und 100 g Kokosraspel mischen. Eier, Salz und Zucker dickcremig rühren. Nacheinander 125 ml Öl, 125 ml Wasser und Mehl-mix kurz unterrühren. Kirschen und Kokoskugeln unterheben.

**2** Teig in eine geölte und mit Mehl ausgestäubte Gugelhupfform (ca. 2,5 l Inhalt) geben und glatt streichen. Im heißen Ofen ca. 40 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

**3** 50 g Kokosraspel mit 1–2 TL aufgefangenem Kirschsaft beträufeln. Fruchtaufstrich unter Rühren aufkochen. Gugelhupf rundherum damit bestreichen. Mit Kokosraspeln bestreuen und trocknen lassen. Dazu schmeckt Schlagsahne.





KAFFEEKRÄNZCHEN

# MANDARINEN-NUSS-KUCHEN

## mit Mascarpone-Tupfen

FÜR CA. 12 STÜCKE //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE

+ WARTEZEIT

- 2 Dosen Mandarinorangen (à 175 g Abtropfgewicht)
- 3 Eier (Größe M)
- 1 Prise Salz
- 125 g + 2 EL Zucker

- 200 g Naturjoghurt
- 150 ml + etwas Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
- 180 g Mehl
- 80 g gemahlene Haselnüsse
- ½ Päckchen Backpulver
- 2 EL Haselnusskerne
- 250 g Mascarpone

Pro Stück

ca. 6 g E, 23 g F, 27 g KH, 340 kcal

1 Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Mandarinen auf einem Sieb abtropfen lassen. Hälften grob würfeln. Eier, Salz und 125 g Zucker dickcremig rühren. 120 g Joghurt und 150 ml Öl unterrühren. Mehl, gemahlene Haselnüsse

und Backpulver mischen und kurz unterrühren. Gewürfelte Mandarinen unterheben.

2 Teig in eine geölte Springform (ca. 26 cm Ø) geben und glatt streichen. Im heißen Ofen ca. 30 Minuten backen. Kuchen herausnehmen und auskühlen lassen. Aus der Form lösen und auf eine Kuchenplatte setzen.

3 Haselnüsse grob hacken. In einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Herausnehmen und abkühlen lassen. 80 g Joghurt, 2 EL Zucker und Mascarpone cremig aufschlagen. In einen Spritzbeutel mit mittlerer Lochtülle füllen, dicht an dicht Tupfen auf den Kuchen spritzen. Restliche Mandarinen und gehackte Haselnüsse darauf verteilen und servieren.



### TV-STAR DER 1950ER

Dass Dosenmandarinen bei uns so beliebt sind, hat einen Grund. Der erste deutsche TV-Koch, Clemens Wilmenrod, machte nicht nur Toast Hawaii berühmt, sondern auch den Hühnersalat Mandarin, der mit Dosenmandarinen aufgepeppt wurde. Die Obstkonserve steht sogar heute noch auf der Liste des offiziellen Notvorrats, den das Bundesministerium für Ernährung empfiehlt.



# JETZT 1 JAHR „So schmeckt“ LESEN UND BIS ZU 30 EURO SICHERN!



**IHRE  
VORTEILE:**  
**KEINE  
AUSGABE  
VERPASSEN  
BIS ZU 30€  
PRÄMIE**

+  
**GRATIS  
E-PAPER**

**30€**  
bis 10.04.2025



**SCHNELL  
SEIN LOHNT  
SICH!**

**20€**  
bis 30.04.2025



**10€**  
ab 01.05.2025



**Jetzt bestellen:  
040 231 887 144**

**✉ SERVICE-ABO@FUNKE-ZEITSCHRIFTEN.DE  
🌐 EATCLUB.DE/COUNTDOWNABO**

**AKTIONSCODE: WA\_E2502S**



So schmeckt erscheint 6x im Jahr. Jahresabonnementpreis nur 44,40€ inkl. Porto. Nach Ablauf des Mindestbezugszeitraumes ist das Abonnement jederzeit kündbar. Angebot gilt nur in Deutschland. So schmeckt erscheint in der FUNKE LIFE GmbH, Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg. Registergericht Hamburg HRB 134730.

# ANANAS-BUTTERMILCH-KUCHEN

## für die ganze Bagage

FÜR CA. 24 STÜCKE //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

- **1 Dose Ananasstücke**  
(340 g Abtropfgewicht)
- **250 g weiche Butter**
- **350 g Zucker**



- **1 Prise Salz**
- **5 Eier** (Größe M)
- **300 g Mehl**
- **1 Päckchen Backpulver**
- **100 g Kokosraspel**
- **1 Dose Ananasscheiben**  
(490 g Abtropfgewicht)
- **8 Blatt Gelatine**
- **400 ml Buttermilch**
- **500 g Magerquark**
- **3-4 EL Zitronensaft**
- **400 g Schlagsahne**
- **ca. 100 g Sanddornmark**
- **1 EL gehackte Pistazien**
- Backpapier

**Pro Stück**

ca. 7 g E, 18 g F, 33 g KH, 330 kcal

### GEHT DOCH!

Ananas und Gelatine, klappt das? Darüber machten sich unsere Omis vermutlich noch keine Gedanken. Ananas gab es höchstens aus der Dose. Und die hat beim Backen einen Vorteil gegenüber frischen Früchten: Das Enzym Bromelain, das Milchprodukte bitter werden lässt und die Wirkung von Gelatine boykottiert, wird durchs Konservieren „ausgeschaltet“. Für Kuchen- und Tortenbeläge sind Dosenananas daher nach wie vor eine gute Wahl.

**1** Ofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Ananasstücke auf einem Sieb abtropfen lassen, Saft dabei auffangen. Butter, 250 g Zucker und Salz cremig rühren. Eier nacheinander unterrühren. Mehl, Backpulver und 50 g Kokosraspel mischen, mit 150 ml aufgefangenem Saft kurz unterrühren.

**2** Teig in eine mit Backpapier belegte Fettpfanne des Ofens (ca. 30 × 40 cm) geben und glatt streichen. Ananasstücke darauf verteilen, leicht andrücken. Im heißen Ofen ca. 25 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

**3** Ananasscheiben abgießen und abtropfen lassen. Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Buttermilch, Quark, 100 g Zucker und Zitronensaft verrühren. Gelatine ausdrücken, bei schwacher Hitze auflösen. 1-2 EL Quarkcreme unterrühren. Dann alles unter die restliche Creme ziehen. Kalt stellen, bis die Creme zu gelieren beginnt. 200 g Sahne steif schlagen, unterheben. Creme auf den Kuchen geben und glatt streichen. Ananasscheiben darauf verteilen, ca. 4 Stunden kalt stellen.

**4** 50 g Kokosraspel in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Herausnehmen und auskühlen lassen. 200 g Sahne steif schlagen. In einen Spritzbeutel mit französischer Sterntülle füllen. Tuffs auf den Kuchen spritzen. Sanddornmark mit etwas Wasser glatt rühren, in kleinen Klecksen daraufgeben. Mit Kokos und Pistazien bestreuen. Bis zum Servieren kalt stellen.

# EINFACHE SCHOKOPUDDINGSCHNITTEN

## mit der Extraportion Sahne

FÜR 14 STÜCKE // ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 STUNDE + WARTEZEIT



- 100 g + etwas weiche Butter
- 180 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 3 Eier (Größe M)
- 100 g Mehl
- 50 g gemahlene blanchierte Mandeln
- 1 TL Backpulver
- 1 Päckchen Schokopuddingpulver (37 g)
- 400 ml Milch
- 100 g Vollmilchschorle
- 200 g Schmand
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 1 Päckchen Sahnefestiger
- 250 g Schlagsahne

Pro Stück

ca. 6 g E, 21 g F, 27 g KH, 330 kcal

### EIN BISSCHEN KÄFFCHEN-NOSTALGIE

Kaffeekränzchen oder Kaffeeklatsch, woher kommt eigentlich der Begriff? Diese Frage kam während einer Redaktionskonferenz auf. Hier unsere Rechercheergebnisse: Im 18. Jahrhundert luden sich Damen gegenseitig zu Kaffee (und Gebäck) ein, um den neuesten Klatsch auszutauschen. Diese Kaffeekränzchen gab es damals auch für Männer. Aber eben im Kaffeehaus – und das galt für Frauen als unschicklich oder war sogar verboten.

**1** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Für den Boden 100 g Butter, 100 g Zucker und Salz cremig rühren. Eier einzeln unterrühren. Mehl, Mandeln und Backpulver mischen und kurz unterrühren. Teig in eine gefettete rechteckige Backform (ca. 18 × 27 cm) füllen und glatt streichen. Im heißen Ofen ca. 20 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen.

**2** Puddingpulver und 80 g Zucker mischen und mit 100 ml Milch glatt rühren. 300 ml Milch aufkochen. Angerührtes Puddingpulver einrühren und ca. 1 Minute unter Rühren köcheln. 50 g Schokolade fein hacken und im heißen Pudding schmelzen. Schmand unterrühren. Puddingcreme auf dem ausgekühlten Boden glatt streichen. Ca. 2 Stunden kalt stellen.

**3** Vanillezucker und Sahnefestiger mischen. Sahne steif schlagen, dabei den Zuckermix einrieseln lassen. Sahne auf den Kuchen streichen. 50 g Schokolade fein reiben und daraufstreuen. Bis zum Servieren kalt stellen, dann in Stücke schneiden.

# FRUCHTIGER DREI-SCHICHT-KÄSEKUCHEN

## für den Sonntagskaffee

FÜR CA. 16 STÜCKE //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN + WARTEZEIT

- 100 g **Mehl**
- 350 g **Zucker**
- 1 Prise **Salz**
- 100 g + etwas **weiche Butter**
- 4 **Eier** (Größe M)
- 1 **Glas Sauerkirschen**  
(350 g Abtropfgewicht)
- 3 **Päckchen Vanillepuddingpulver** (à 37 g)
- 500 g **Magerquark**
- 200 g **Schmand**
- 1 **Päckchen Vanillezucker**
- 350 g **Schlagsahne**

Pro Stück

ca. 8 g E, 16 g F, 35 g KH, 325 kcal

**1** Für den Boden Mehl, 100 g Zucker und Salz mischen. 100 g Butter und 1 Ei zufügen, alles zu Streuseln verkneten. In eine gefettete Springform (26 cm Ø) geben, zu einem flachen Boden andrücken und einen kleinen Rand hochziehen, kalt stellen.

**2** Für das Kompott Kirschen abtropfen lassen, den Saft dabei auffangen.

1 Päckchen Puddingpulver mit 50 g Zucker mischen, mit 100 ml aufgefangenem Saft glatt rühren. Restlichen Saft aufkochen. Angerührtes Puddingpulver zugeben und unter Rühren ca. 1 Minute köcheln. Kirschen unterheben und abkühlen lassen. 3-4 EL Kirschsoße abnehmen und zum Verzieren beiseitestellen.

**3** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Für die Käsemasse Quark, Schmand, 200 g Zucker und Vanillezucker glatt rühren. 2 Päckchen Puddingpulver, 200 g Sahne und 3 Eier nacheinander unterrühren. Kirschmasse auf den Streuselboden streichen. Käsemasse daraufgießen. Im heißen Ofen ca. 1 Stunde backen. Ofen ausschalten und Kuchen bei leicht geöffneter Ofentür darin ca. 30 Minuten abkühlen lassen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Aus der Form lösen.

**3** 150 g Sahne steif schlagen, in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und Tupfen auf den Käsekuchen spritzen. Mit beiseitegestelltem Kirschkompott verzieren.





BAK

# STACHELBEERTARTE

## mit fixem Schmandguss

FÜR CA. 12 STÜCKE //

ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 1/4 STUNDEN + WARTEZEIT

### Für den Teig

- 125 g kalte + etwas Butter
- 200 g + etwas Mehl
- 60 g Puderzucker
- 1 Prise Salz
- 1 Eigelb (Größe M)
- Backpapier
- getrocknete Hülsenfrüchte

### Für die Füllung

- 400 g Schmand
- 80 g Zucker
- 3 Eier (Größe M)
- 1/2 Päckchen Vanillepuddingpulver (ca. 20 g)
- 500 g Stachelbeeren (Glas; abgetropft)

### Pro Stück

ca. 5 g E, 19 g F, 40 g KH, 330 kcal

**1** Für den Teig 125 g Butter würfeln. Mit 200 g Mehl, Puderzucker, Salz und Eigelb rasch glatt verkneten, bei Bedarf wenig kaltes Wasser zufügen. Zugedeckt ca. 1 Stunde kalt stellen.

**2** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft 180 °C). Teig auf wenig Mehl rund (ca. 28 cm Ø) ausrollen, eine gefettete Tarteform (24 cm Ø) damit auslegen, dabei einen Rand formen. Mit Backpapier

belegen, getrocknete Hülsenfrüchte einfüllen. Boden im heißen Ofen ca. 10 Minuten blind vorbacken. Papier und Hülsenfrüchte entfernen, weitere ca. 5 Minuten backen. Herausnehmen, Ofentemperatur reduzieren (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C).

**3** Für die Füllung Schmand, Zucker, Eier und Vanillepuddingpulver glatt rühren. Creme auf den vorgebackenen Tarteböden streichen, Stachelbeeren darauf verteilen. Tarte im heißen Ofen ca. 35 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, auskühlen lassen, aus der Form lösen.

### KLEINES MÜRBETEIG-WIKI

Die gute Nachricht vorweg: Bei Mürbeteig kann eigentlich nix schiefgehen. Individualisieren geht aber! Besonders zart wird der Knetteig mit Puderzucker, knuspriger mit „normalem“. Auch beim Kneten gibt's zwei Varianten. Kekssähnlich schmeckt der Boden, wenn der Teig ganz glatt geknetet wird. Wer es eher blätterig mag, zerreibt zunächst Butter und Mehl mit den Fingerspitzen und knetet dann nur so lange, bis sich der Teig gerade so zur Kugel formen lässt. Für beide Varianten gilt: Butter und Eier kommen am besten direkt aus dem Kühlschrank.

## IMPRESSUM

### VERLAG

FUNKE Life GmbH  
Großer Burstah 18–32, 20455 Hamburg  
Ein Unternehmen der FUNKE Mediengruppe

### CHEFREDAKTION

Jessika Brendel (V.i. S. d. P.)

### ASSISTENZ DER CHEFREDAKTION

Dörte Petersen

### REDAKTION

Myriam Banderob, Maren Jahnke (frei),  
Jana Kenscock, Brigitte Kesenheimer (frei),  
Karen Schulz (frei), Carla Tanksley

### ARTDIREKTION

Julia Szubrich

### FOODSTYLING

Myriam Banderob

### FOTOGRAFIE

Isabell Triemer

### CVD

Timm Kremer

### SCHLUSSREDAKTION

Silke Schlichting (frei)

### ILLUSTRATION

Larissa Bertonasco

### COPYRIGHT

Diese Ausgabe wurde publiziert in Zusammenarbeit  
u. a. mit Stockfood

### GESCHÄFTSFÜHRUNG

Jesper Doub, Simone Kasik, Christoph Rüth,  
Stefan Schweser, Janina Süss

### ANZEIGEN

BCN Brand Community Network GmbH  
Arabellastraße 23, 81925 München

Es gilt die aktuelle Preisliste,  
siehe brand-community-network.de

Head of Publisher Management:  
Julia Hartz von Zacharewicz

Verantwortlich für den Anzeigenteil: BCN

### GESAMTVERTRIEBSLEITUNG

#### ZEITSCHRIFTEN

Andreas Klinkmann

### EINZELHEFTBESTELLUNG

Verfügbarkeit, Preis und Bestellung  
unter heftbestellung@funkemedien.de  
Tel. 040/231 887 144

### ABOSERVICE

Tel. 040/231 887 144

### VERTRIEB (EINZELVERKAUF)

MZV Moderner Zeitschriftenvertrieb  
GmbH & Co. KG  
Ohmstraße 1, 85716 Unterschleißheim

### DRUCK

Svoboda Press s.r.o.,  
Sazecká 560/8,  
CZ-108 25 Praha 10

„So schmeckt Omas Küche“ kostet im Einzelhandel 6,90 €  
(inkl. gesetzlicher MwSt.)



DESIGNED WITH LOVE IN GERMANY

# DAUERBRENNER-KÄSEKUCHEN VON UROMA LENI

## mit Äpfeln, Eierlikör und Streuseln

FÜR CA. 16 STÜCKE //  
ZUBEREITUNGSZEIT CA. 1 ¾ STUNDEN + WARTEZEIT

- 350 g Mehl
- 200 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 250 g kalte + etwas Butter
- 3 Eier (Größe M)
- 4 Äpfel
- 100 ml Apfelsaft
- 750 g Magerquark
- 1 Päckchen Vanillepuddingpulver (37 g)
- 150 ml + 4–6 EL Eierlikör
- 150 g Schlagsahne

Pro Stück

ca. 11 g E, 18 g F, 40 g KH, 390 kcal

**1** Für die Streusel Mehl, 100 g Zucker, Salz und Vanillezucker mischen. 250 g Butter würfeln, mit 1 Ei zufügen und zu Streuseln verkneten.  $\frac{3}{4}$  der Masse in eine gefettete Springform (26 cm Ø) geben. Zum flachen Boden drücken und einen kleinen Rand hochziehen. Mit übrigen Streuseln ca. 30 Minuten kalt stellen.

**2** Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 180 °C/Umluft 160 °C). Äpfel schälen, vierteln, entkernen, in Spalten schneiden. Mit Apfelsaft aufkochen und zugedeckt ca. 5 Minuten weich dünsten. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen. Quark, 100 g Zucker, Puddingpulver, 150 ml Eierlikör und 2 Eier verrühren.

**3** Äpfel auf dem Streuselboden verteilen. Quarkmasse vorsichtig darübergießen und glatt streichen. Mit restlichen Streuseln bestreuen. Kuchen im heißen Ofen ca. 1 Stunde backen. Herausnehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Aus der Form lösen.

**4** Sahne steif schlagen, in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und Tupfen auf den Kuchen spritzen. Mit 4–6 EL Eierlikör beträufeln und sofort servieren.



ALLES GUTE!

„Was wünschst du dir zum Geburtstag? Omakuchen! Das war meine Standardantwort, seit ich denken kann. Omakuchen nannten ihn übrigens alle in der Familie. Denn kein Besuch bei Uroma Leni ohne diese leckere Kombi. Als Danke schön fand die eine oder andere Flasche Eierlikör den Weg in ihre Speisekammer. Apropos Alkohol: Damals machte sich keiner Gedanken, ob so ein Kuchen für Kinder eigentlich okay ist.“

Jana,  
Erfinderin des Oma-Gedächtniskuchens für Erwachsene





Demnächst im



# So schmeckt Airfryer

Erscheint am  
**11. APRIL  
2025**

**von wegen nur heiße luft:  
sie werden staunen, was ihre heissluft-  
fritteuse alles kann!**

Fix und Feierabend: Für unsere Quickies wie Gnocchi-Auflauf und Spicy Bang-Bang-Lachs bleibt immer noch genug Zeit



Übrigens:  
Für alle, die (noch) keinen Airfryer zu Hause haben, gibt's zu jedem Rezept die passende Ofenvariante



Fett? Brauchen wir nicht! So können wir uns von diesen wunderbar fluffigen Churros guten Gewissens noch ein paar mehr gönnen



Ob würzige Blumenkohl-Bites auf Hummus oder knusprige Avocado-Fritters – diese Beilagen werden Ihre Gäste umhauen!



Heiß und gar nicht fettig: Mit unseren Tipps & Tricks schmecken Imbissklassiker wie Schnitzel und Pommes noch besser

# LandIDEE

LAND ERLEBEN UND GENIESSEN

LECKERES PESTO  
MIT BÄRLAUCH



ZAUBERHAFTE DEKO  
FÜR DIE OSTERTAFEL



FASTENKUR MIT  
FRISCHEN KRÄUTERN



Endlich  
*Frühling*  
in voller Blüte



Tolle  
Dekoideen für  
**OSTERN**  
& Feines fürs  
Buffet



**FRÜHSTÜCK**  
& Brunch



kaufen, lesen und genießen

✉ heftbestellung@funkemedien.de ☎ 0 40 23 18 87 140 🌐 www.landidee.de

# WAS 'N SCHÄUMCHEN



DER BLANC DE NOIR SEKT BRUT  
VON TINA PFAFFMANN & SO SCHMECKT FÜR 14,90 €

SO SCHMECKT EDITION

EATCLUB.TINA-PFAFFMANN.DE  
ODER DIREKT HIER BESTELLEN:



So schmeckt