

# GUSTO

Den  
Mai  
feiern

SÜSS. FRISCH. AROMATISCH.



GRILLEN  
ERDBEEREN  
KRÄUTERKÜCHE  
OFENSPARZEL  
LISSABON  
BURGER

# Schenk deinem Bauch ein Lächeln!



Kuh-R-Code  
scannen!



- 1 Mrd. Bifidobakterien
- 30% weniger Zucker



Bleib frisch.

## In die Redaktion geschaut



Diese glücklichen Gesichter sagen alles: Wir durften Erdbeeren shoothen (und naschen)! Fotografin Mara Hohla, die die traumhaften Bilder gemacht hat, teilte unsere Freude uneingeschränkt. *Die Rezepte gibt es ab S. 16.*



Weiteres Highlight: Wir haben bei den Frühlingsworkshops des Wiener x Tiroler Mode- und Lifestyleshops LUV gekocht. Einer der großen Favoriten dabei war unsere Tahina-Sauce (*Rezept auf S. 56.*)



Welcher Burger ist der beste? Für mich ist es ja jener meiner Freunde Doris und Robert (Bild oben, mmmh), meine Kolleginnen schwören hingegen auf den XO Burger (auch ganz toll). *Mehr zum Thema ab S. 70.*



Unser Schwestermagazin WOMAN Elevate lädt zu exklusiven Events, bei denen bemerkenswerte Frauen aus ihrer Welt berichten. Auf JOYN.at können Sie nun bei den spannenden Vorträgen ebenfalls zuschauen und -hören. Inspirierend!



**Heute gibt's als Nachspeise Ananas mit Joghurt.** Wenn ich als Kind diesen Satz gehört habe, konnte mir nichts und niemand das Strahlen aus dem Gesicht fegen. Ich oute mich an dieser Stelle: Ja, ich gehöre zu der Generation, die Erdbeeren noch Ananas genannt hat. Die damalige Bezeichnung war übrigens nicht etwa ein Fehler, sondern entstand, weil die süßen Früchtchen ursprünglich „Ananas-Erdbeeren“ hießen. Daraus entwickelte sich die in Österreich vielerorts geläufige Abkürzung, die allerdings etwas verwirrend wurde, als die „echte“ Ananas am Markt eingeführt wurde – aber gut, das ist eine andere Geschichte.

Worauf ich eigentlich hinaus möchte: Noch heute esse ich Ana..., Pardon, Erdbeeren am liebsten so, wie sie meine Mama damals für uns angerichtet hat: pur, nur mit etwas Zucker und Zitrone oder Joghurt. Und wann immer ich in den letzten Wochen mit Profiköchinnen und -köchen (etwa für unsere Geschichte auf S. 26) sprach, hörte ich ähnliches – und sah dabei in funkeln Augen. Erdbeeren sind während ihrer Saison (also genau jetzt!) eben das beste Beispiel dafür, wie einfach großer Genuss sein kann.

Wer nun übrigens denkt, unsere Covergeschichte wäre somit vielleicht ein wenig überflüssig, dem möchte ich sagen: Sicher sind Erdbeeren puristisch ein Traum, aber kombiniert mit buttrigem Briochetoast, feiner Mascarponecreme oder flauem Germteig laufen sie zur Höchstform auf. Wie als Beweis dafür blieb kein einziger Brösel von den erdbeeren Köstlichkeiten unseres Shootings übrig. Ach, Sie fragen, wie wir die vielen Erdbeeren, die wir als Dekoration gekauft hatten, vernascht haben? Dreimal dürfen Sie raten ;)

Auf einen erdbeersüßen Mai,

Ihre

Susanne Jelinek

jelinek.susanne@gusto.at



# Inhalt

Coverfoto: Mara Höhla / Butter & Salt



## 16 Wunderbare Erdbeerzeit

- 17 No bake Erdbeer-Tiramisu-Rolle
- 18 Erdbeer-Stracciatella-Tarte
- 20 French Toast mit Erdbeer-Cheesecake-Füllung
- 22 Erdbeer-Topfomelette
- 24 Erdbeer-Gugelhupf

## 28 Produktvielfalt: Paradeiser in Öl

- 29 Puttanesca-Schnecken
- 30 Bunter Erdäpfelsalat mit Paradeiser-Vinaigrette
- 31 Paradeiser-Fischcurry mit Pak Choi
- 32 Paradeiser-Wurzis, Paradeiser-Fetaaufstrich

## 34 Kreativ grillen mit wenigen Zutaten

- 34 Paprika-Torpedos mit Bacon und Faschiertem
- 36 Golden Potatoes
- 37 Schweinebauch-Lollis
- 38 Gebackener Feta mit Honig-Sesam-Topping
- 39 Holland-Rollen

## 42 Backen wie im Burgenland

Bananenschnitte

## 44 Restaurantküche: Wirtshauskuchl

- 46 Mostviertler Mostbratl

## 48 Frühlingshafte Kräuterküche

- 49 Frische Erbsen mit Zitronenverbene und Burrata
- 50 Kumpir-Kartoffeln mit Matjes-Kräuter-Salat
- 52 Grüne Gemüse-Walnuss-Bolognese mit Lieblingspasta

## 54 Der WOW-Effekt

Rhabarber-Pavlova

## 56 Spargel aus dem Backrohr

- 56 Weißer Ofenspargel mit Tahina-Sauce
- 58 Spargel-Cannelloni mit Schafsfleisch
- 60 Miso-Honighähnchen mit grünem Spargel vom Blech

## 62 Lebensrezept: Kevin Ilse

- 63 10-Minuten-Erdnuss-Chili-Nudeln

## 64 Stemberg: Gasthaus trifft Sterneküche

- 65 Gebeizter Saibling im Buttermilchsud
- 66 Kalbslaibchen mit Schalotten und Rahmkohlrabi
- 68 Fish & Chips von der Seeforelle
- 69 Rhabarber-Crumble mit Mascarpone-Eis

## 70 Der beste Burger



## 74 Küche des Lichts: Lissabon

75 Kichererbsensalat mit Thunfisch und Ei

76 Pica pau

77 Süßer Milchreis

## 78 Resteküche: Was von Ostern übrig blieb

79 Palatschinken-Sackerl, Buchteln mit Schinkenfülle

80 Schinkenpasta, Schinkensteaks, Topfenaufstrich, Schöberl

81 Scotch Eggs, dreierlei gefüllte Eier

82 Spargel mit Eibröseln, Eiergratin, Kräutersauce, Eiersalat

83 Überbackene Erdäpfel und Strudel-Eier aus dem Airfryer

84 Striezel scheiterhaufen & -schmarren, Pinzenkren & -auflauf

## 86 Kleine Küchenstars

Cheesy Edamame-Laibchen mit Rahm-Radieschensalat

## 106 Ach, eines noch ...

Yogurtlu Eriste – türkische Pasta

## Standards

3 Editorial

6 Highlights im Mai

14 Urlaubsträume – Gewinnspiel

85 Produkttest: Vollmilch

91 Sonderstrecke: Frühlingszeit

## Impressum

ADRESSE DER REDAKTION: 1020 Wien, Taborstraße 1-3  
T: (01) 86 331-5301 E-MAIL: redaktion@gusto.at

HERAUSGEBER: Dr. Horst Pirker

CHEFREDAKTION: Mag. Susanne Jelinek

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

GRAFIK: Dominik Roitner (*AD*)

MITARBEITER DIESER AUSGABE: Charlotte Cerny

FOTOGRAFEN: Dieter Brasch, Barbara Eidler-Ster, Mara Hohla, Art copyright VBK

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

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

MEDIEINHABER, VERLEGER, PRODUKTION: Gusto GmbH & Co KG, 1020 Wien, Taborstraße 1-3, Verwaltung, T: (01) 86 331-6050

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

GENERALBEVOLLMÄCHTIGTER: Dietmar Zikulinig

HEAD OF SALES: Klaus Edelhofer

MANAGING DIRECTOR & INTERNATIONAL SALES: Mag. Neslihan Bilgin-Kara

ANZEIGENVERRECHNUNG: Sabina Pfeiffer (*Teamleitung Print*),

Martina Dizili (*Teamleitung Online*) Derzeit gilt Anzeigenpreisliste 2025

CONTROLLING: Nikola Stefenelli

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

HERSTELLER: Walstead Leykam Druck GmbH, 7201 Neudörfl, Bickfordstraße 21

VERTRIEB: Presse Großvertrieb Austria Trunk GmbH, St. Leonharder Straße 10,

5081 Anif, [www.pgvaustria.at](http://www.pgvaustria.at)

GUSTO-ABO: € 74,40 (inkl. MwSt.) Alle Rechte, auch die Übernahme von

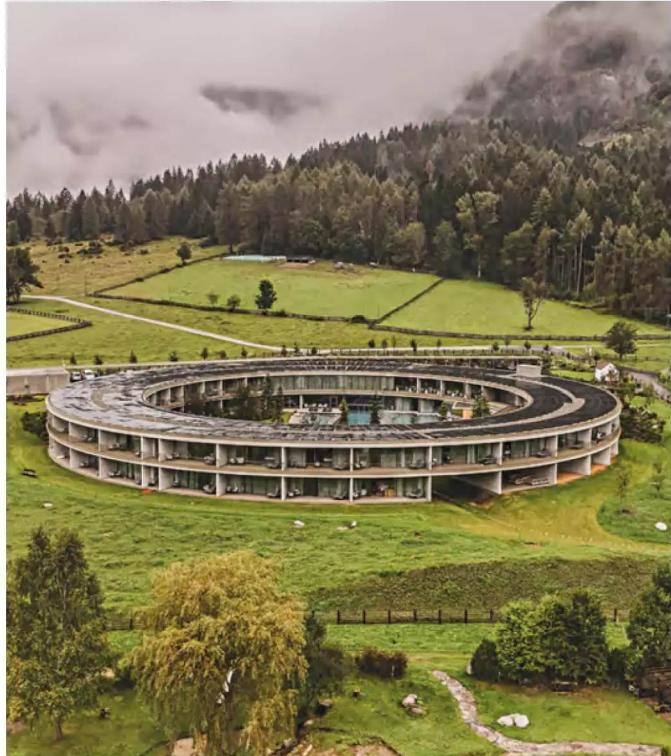
Beiträgen nach §44 Abs. 1 Urheberrechtsgesetz, sind vorbehalten.

Der Offenlegungstext gem. § 25 MedG ist unter [gusto.at/offenlegung](http://gusto.at/offenlegung) abrufbar.

*Die in dieser Ausgabe beschriebenen Produkte wurden der Redaktion zum Teil von den Herstellern zur Verfügung gestellt.*

# Highlights im Mai

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



## Genuss-Expedition

MIT REINHOLD MESSNER IM OLM

Das OLM Nature Escape steht mit seinem energieautarken und CO<sub>2</sub>-neutralen Konzept für nachhaltigen Urlaub in Südtirol. Die Gäste buchen Zimmer mit Frühstück, können in der Region ein „dine-around“ genießen, im hauseigenen Spezialitätenshop einkaufen und im Apartment selbst kochen, oder sie kosten sich abends im PRENN° durch das Apéro-Dinner. Zudem lädt Berni Aichner zweimal pro Woche zum exklusiven Fine Dining. Eine neue Idee ist „OLM People“ – einen Tag werden die Gäste von interessanten Menschen begleitet. Den Auftakt macht am 24. Mai Bergsteiger Reinhold Messner. Gemeinsam mit seiner Frau Diane Schumacher geht's auf Wandertour – zu drei Käsereien, Degustationen inklusive. Mit den fesselnden Anekdoten des Extrembergsteigers vergeht die Wanderetappe wie im Flug, und abends steht Messner sogar am Herd. Buchbar als 4-tägiges Package, inklusive Frühstück, Wellness und unterschiedlichen Wandertouren. [www.olm.it](http://www.olm.it)



Fotos: wealthyadventure, Archiv Reinhold Messner, Hannes Niederkofler

# Wein in aller Kürze

... MIT STEFANIE BÖHEIM

Vor knapp einem Jahr hat Stefanie Böheim die Leitung des Familienweinguts übernommen. An ihrer Seite: Vater Johann. Gemeinsam verbinden sie Tradition mit Innovation und richten ihren Blick auf Qualität, Herkunft und Zukunft.

**Unsere Spezialität:** Kräftige Rotweine und elegante Weißweine machen je die Hälfte des Sortiments aus. Ungewöhnlich für die Region ist der starke Fokus auf die weißen Rebsorten. Seit kurzem ergänzen Rosé und Sprudel das Angebot.

**Das Besondere am Böheim-Wein:** Klima und Böden rund um Arbesthal prägen den Charakter der Produkte. Die gesamte Herstellung erfolgt im eigenen Betrieb, die Weine sind nachhaltig zertifiziert.

**Die größten Herausforderungen:** Klimawandel, extreme Arbeitsspitzen, Fachkräftemangel und zunehmende Bürokratie beschäftigen die Branche.

**Unsere größten Erfolge:** Wir verstehen den Betrieb nicht nur als Weingut, sondern auch als Ort der Freude und des Zusammenkommens: Pop-Up-Heuriger, Yoga-Events und Weinverkostungen eröffnen Raum für neue Ideen.

**Das beste Food-Pairing im Mai:** Wir empfehlen eine ausgewogene Chardonnay-Weißburgunder-Cuvée. Die würzige Frische des Weins harmoniert ideal mit Schnitzel, Tafelspitz, Pastagerichten mit Fischsauce oder gegrilltem Fisch.

**Was die Zukunft bringt:** Weniger Vielfalt, mehr Qualität. Regionalität und die Nähe zum Kunden stehen im Vordergrund.



Fotos: Jolly Schwarz



Fotos: Manuel Grafenauer

## Tour de Vin

### WEIN-EVENTS 2025

90 Weingüter aus acht Regionen sind Mitglied der Österreichischen Traditionswiengüter, sie alle öffnen im Frühling und Herbst ihre Kellertüren und laden zum Verkosten ein. Mit nur einem Ticket ist man bei allen fünf Events dabei, los geht's am 3. und 4. Mai mit den ÖTW Weingütern an der Donau, am 16. Mai steht das Weinviertel am Programm und im Herbst folgen Carnuntum, Wien und die Thermenregion. Die WinzerInnen haben ein sensationelles Programm auf die Beine gestellt - Riedenwanderung mit Willi Bründlmayer, Biodynamik-Workshops mit Fred Loimer, Schaumwein & Pizza Foodtruck bei Jurtschitsch und vieles mehr.

Info und Tickets auf [www.tourdevin.at](http://www.tourdevin.at)

**WIR  
VERLOSEN**  
2 x 2 Tickets  
für die Tour de Vin  
**GUSTO.at/gewinnspiele**  
Teilnahmeschluss: 30. April

# QimiQ Magic Moments

GEWINNSPIEL: SEIEN SIE BEIM QIMIQ WORKSHOP AM 3. JUNI DABEI

Kooperation



Fotos: QimiQ

Unter dem Motto „Magic Moments“ laden QimiQ und GUSTO am Abend des 3. Juni zu einem besonderen Back- und Kochkurs in der Wiener GUSTO-Küche ein – dieses Mal dreht sich alles um das brandneue QimiQ Vegan! Sie lieben es, kreativ zu kochen, neue Rezepte auszuprobieren und möchten pflanzlichen Genuss neu entdecken? Dann ist dieses Event wie für Sie gemacht!

Gemeinsam zaubern wir vegane Köstlichkeiten – von cremigen Desserts über herzhafte Kompositionen bis hin zu raffinierten Snacks. Dabei zeigen wir, wie vielseitig und unkompliziert sich QimiQ Vegan in der Küche einsetzen lässt – für vollmundigen Geschmack, perfekte Konsistenz und rein pflanzlichen Genuss.

Ein weiteres Highlight: GUSTO-Fotografin Barbara Eidler-Ster verrät exklusive Tipps, wie Sie Ihre Kreationen gekonnt in Szene setzen und so für das perfekte Food-Foto sorgen.

Alle Infos zur Teilnahme finden Sie auf [GUSTO.at/gewinnspiele](http://GUSTO.at/gewinnspiele). Wir freuen uns auf einen genussvollen und inspirierenden Abend mit Ihnen!



## Hi & bye, with a smile

NEUES FÜHRUNGSTEAM BEIM AFBA

Kaum zu glauben, dass es schon 14 Jahre her ist, seit Alexandra Palla den allerersten Austria-Food-Blog-Award veranstaltet hat. Die Ikone der österreichischen Blogger-Szene hat in dieser intensiven Zeit die Welt der heimischen Influencer nachhaltig mitgeprägt. Nun beschloss sie, dass es Zeit für neue Projekte sei. Die nimmt sich Palla und konzentriert sich jetzt unter anderem auf ihr Mode- und Designlabel *Palla Vienna*. Ihr „Baby“ wollte sie aber zuvor in guten und vor allem kompetenten Händen wissen. Diese hat sie in einem Duo gefunden, das in der heimischen Bloggerszene wunderbar etabliert und integriert ist. Kevin Ilse, erfolgreicher Fotograf und Content-Creator (*The Stepford Husband*) und Andreas Frießnegg (CEO von *good AF*, einer Agentur für PR, Influencer Marketing und Management) führen ab den AFBA weiter und arbeiten ab sofort daran, die Zukunft des Awards neu zu gestalten. Wie sie dies anlegen? Tradition und Innovation sollen die Säulen des AFBA sein. Ziel ist, den Award nicht nur als Auszeichnung, sondern als lebendige Plattform für kulinarische Trends und nachhaltige Food-Kultur zu positionieren. *Mehr auf [www.afba.at](http://www.afba.at).*



Foto: Martina Berger

# Muttertag feiern und gewinnen

Muttertag ist der perfekte Anlass, einfach mal Danke zu sagen – für all die kleinen und großen Dinge, die Mamas jeden Tag leisten. Zeig deine Wertschätzung mit einer liebevollen Geste – und mit etwas Glück sogar mit einem unserer drei großartigen Gewinne! Damit kannst du deiner Mutter eine ganz besondere Freude machen.

Fotos: beigestellt



## URLAUBSSPASS FÜR DIE KLEINE FAMILIE

Die neu gestaltete Ferienwelt Kesselgrub im Salzburger Land begeistert mit Badespaß im neuen In- und Outdoorpool, einem Wasserspielpark mit Rutschen, Kinderbetreuung, Mini-Bowling-Bahn und Pony-Abenteuern. Erwachsene entspannen im exklusiven Panorama-Mountain-Spa mit Snowroom, Zirbenruheraum und Outdoor-Whirlpool.

Last-minute-Wellness | 3 unvergessliche Tage Aktion ab € 234,- p.P.  
[www.kesselgrub.at](http://www.kesselgrub.at)

Gewinne 3 Tage/2 Nächte in der Ferienwelt Kesselgrub  
für 2 Erwachsene und 1 Kind (bis 12 Jahre)  
inkl. „Verwöhn“-Halbpension (Familienzimmer „Urlaubs-Glück“)

## Gewinnen zum Muttertag mehr auf [gusto.at/muttertag2025](http://gusto.at/muttertag2025)

### PFLEGESET FÜR SENSIBLE HAUT



Sanfte Reinigung und intensive Pflege für empfindliche Haut mit EUBOS: Beruhigende Aktivstoffe stärken die Hautbarriere und unterstützen die natürliche Abwehrkraft. Mineralstofffreies Thermalwasser sorgt zusätzlich für ein ausgeglichenes, entspanntes Hautgefühl. Die sensitive Pflege glättet spürbar und verleiht einen frischen, jugendlichen Teint.

Gewinne 1 x 1 EUBOS-Pflegeset: Sensitive Pflege Dusch & Creme  
Gesichtsreinigung Vitalschaum | Feuchtigkeits- und Aufbaucreme  
Lotion Dermo Protective | Hand Repair & Schutz



### PRICKELNDES ROSÉKTFRÜHSTÜCK

Du möchtest den Tag mit einer besonderen Überraschung starten und schon das Frühstück zu einem gemeinsamen Fest machen? Unser Henkell Rosé-Sekt verleiht jedem Frühstück das gewisse Prickeln und weckt Frühlingsgefühle. Verwöhne deine Liebsten mit einem herrlichen Henkell Roséktfrühstück!

[www.henkell.at](http://www.henkell.at)

Gewinne 3 x einen Henkell Rosé Piccolo-Sektvorrat

# Neu im Buchregal

## DIE KRAFT DER GEWÜRZE

Das Problem vieler mittelprächtiger Köchinnen und Köche? Zu zaghaftes oder unmotiviertes Würzen. Viele Gerichte bekommen eben erst durch den gekonnten Einsatz von Chili, Kurkuma & Co. den richtigen Kick. „Gewürzliebe“ ist ein Buch, dass die Scheu vorm kräftigen Abschmecken nimmt und Neugier auf die unendlichen Möglichkeiten macht, die – bisher vielleicht ungenutzt – in Ihrer Gewürzlaide stecken.



### Gewürzliebe

Modern, kreativ & aromatisch kochen

Esther Clark, Rachel Walker

Ars Vivendi, € 28,90



## REZEPTTIPP: GERÖSTETE KAROTTEN MIT GRÜNEM JOGHURT UND KNUSPRIGEN SCHALOTTEN

Süße Karotten und Schwarzkümmel mit seinem leicht bitteren, zwiebelartigen Aroma passen gut zusammen. Hier werden sie für einen echten Hit mit berauscheinendem Garam Masala und Kashmiri-Chili kombiniert. Ein Gericht, das Sie immer wieder zubereiten werden, denn aus ein paar Karotten wird hier etwas Spektakuläres. Man kann sie als Beilage servieren, sie schmecken aber auch einfach so zum Lunch wunderbar, mit viel Paratha oder Roti (indischem Fladenbrot) zum Dippen.

4 Portionen

ZUBEREITUNG: ca. 25 Minuten

300 g Karotten (*längs halbiert und Grün entfernt*)

1 EL Oliven- oder Rapsöl (*plus mehr zum Braten*)

1 TL Schwarzkümmelsamen

1 TL Garam Masala

½ TL Kashmiri-Chilipulver

Meersalz

2 Schalotten (*in dünne Streifen geschnitten*)

### GRÜNES JOGHURT

½ Bund Koriander

½ Bund Minze (*plus ein paar Blätter zum Servieren*)

1 kleine Knoblauchzehe

300 g griechisches Joghurt

½ TL Meersalz

1 Backofen auf 180 °C Umluft (200 °C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Karotten in einer großen Auflaufform mit Öl, Schwarzkümmel, Garam Masala, Chilipulver und etwas Salz vermengen. 15 Minuten backen.

2 Währenddessen Koriander, Minze, Knoblauch und die Hälfte des Joghurts zu einer feinen Paste pürieren. Restliches Joghurt in eine große Schüssel geben und das Püree sowie etwas Salz unterheben. Abdecken und bis zur Verwendung in den Kühlschrank stellen. (Man kann es bis zu 2 Tage im Voraus zubereiten.)

3 Eine kleine Pfanne 2 cm hoch mit Öl füllen und bei mittlerer Temperatur erhitzen, bis sich Bläschen auf der Oberfläche bilden. Zum Testen ein kleines Stück Schalotte hineingeben – wenn es in 30 Sekunden goldgelb und knusprig wird, ist das Öl heiß genug. Schalotten in die Pfanne geben und 1 Minute frittieren, bis sie dunkelgold sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz bestreuen.

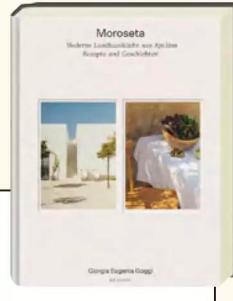
4 Joghurt auf einem Servierteller verstreichen. Karotten und knusprige Schalotten darauf anrichten, nach Belieben mit ein paar Minzblättern bestreuen und servieren.

## EINE REISE NACH APULIEN

Berührende Geschichten, wunderschöne Bilder und großartige Rezepte – dieses Buch macht Lust, sofort nach Apulien aufzubrechen. Am besten in die Masseria Moroseta, wo Giorgia Eugenia Goggi die Küche führt. Die Basis ihrer Gerichte bilden Zutaten aus dem Obst- und Gemüsegarten rund um die Masseria und aus der Region, mit Raffinesse und Einflüssen aus der ganzen Welt interpretiert sie die apulische Landhausküche völlig neu und köstlich überraschend.

### Moroseta

Giorgia Eugenia Goggi  
Ars Vivendi, € 36,90



## EINFACH KOCHEN & BACKEN

„Das Glück liegt in den kleinen Dingen“, sagt die Spitzenköchin Maria Groß, die durch Auftritte in Sendungen wie *Kitchen Impossible* oder *The Taste* Bekanntheit erlangte. Groß hat die Sterneküche hinter sich gelassen und kocht nun in ihrem eigenen, naturverbundenen Restaurant. Im Fokus: Regionales, Nachhaltiges und Herzliches – nicht nur im Lokal, sondern auch in ihrem neuen Buch.

### Natürlich Maria

Maria Groß  
Brandstätter Verlag, € 36,-

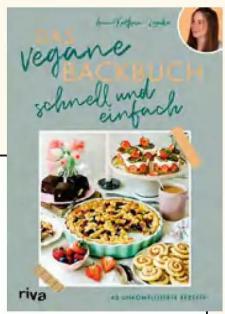


## ES GEHT AUCH UNKOMPLIZIERT

Auf ihrem Instagramprofil @annibacktvegan zeigt Ann-Kathrin Lemke laufend, wie einfach und unaufwendig veganes Backen sein kann. Die Fans lieben Lemke für ihre gelingsicheren, pflanzenbasierten Rezepte von Zimtschneckenkekse bis zu Brownies. Ihr neuestes Buch ist ideal für alle, die stressfrei ins vegane Backen hineinschnuppern möchten.

### Das vegane Backbuch – schnell & einfach

Ann-Kathrin Lemke  
Riva Verlag, € 20,95



# z o t t e r GLÜHbirnchen

SCHOKO-KUVERTÜRE  
IN 23 SORTEN FÜR  
IHRE KREATIVEN IDEEN.  
Klassisch, karamellig, vegan oder  
megafruchtig und bunt, wobei die  
tollen Farben natürlich nur aus  
echten Beeren entstehen. Zum  
Backen & Naschen [www.zotter.at](http://www.zotter.at)

BEAN to BAR FAIR

Jetzt entdecken

Jetzt in deiner Postfiliale:

6 MONATE GRATIS:  
A1 Internet jetzt  
immer mit A1 TV!<sup>1)</sup>



post.at/a1

€ 0<sup>1)</sup>  
ab dem 7. Monat  
ab € 29,90 für  
A1 Internet 50 +  
TV Stream S



<sup>1)</sup>Herstellung € 0 statt € 29,90. Bindung 24 Monate. A1 Internet 50 und TV Stream S ab 7. Monat ab € 29,90 mtl. 6 Monate gratis entspricht Entfall des Grundnetzguts für A1 (Glasfaser) Internet 50 bis 1000 und A1 Xplore TV Stream S (nur im A1 Netz – z.B. WLAN oder Mobilfunk – nutzbar) für die ersten 6 Monate bei gleichzeitiger Neubestellung für Neukund\*innen.

# Nachgekocht

von Leserinnen und Lesern  
gekocht und fotografiert



Die GUSTO-Community hat wieder gekocht, gebacken und fotografiert. Gusto bekommen? Unter den Nachgekocht-Bildern finden Sie den QR-Code, über den Sie flott und unkompliziert das Rezept nachlesen können.

- 1 Ursula Rathmayer kocht im Frühling jedes Jahr unsere beliebten und gelingsicheren Ricottagnocchi mit Bärlauchpesto. „Auf die freuen wir uns immer sehr.“
- 2 Regina Aichinger war kreativ bei unserem Fisch-Spargel-Eintopf. Statt der im Vorrat fehlenden Kichererbse verwendete sie Bohnen. „Ein sehr feines Gericht!“
- 3 Das meistgekochte Rezept des letzten Hefts war unser Cover-Wrap mit Cottage Cheese. „Schmeckt super“, fand unsere Leserin Karin Schuberth.
- 4 Ulli und Kurt Voglhofer haben die Nudeln mit Ingwer und Faschiertem aus dem April-GUSTO gekocht. Statt Pak Choi kam Mangold zum Einsatz. „Hervorragend!“

Sie haben ebenfalls ein GUSTO-Rezept ausprobiert?  
Schicken Sie uns ein Foto davon an [redaktion@gusto.at](mailto:redaktion@gusto.at).  
Jedes abgedruckte Bild wird mit einem Dankeschön belohnt.



[GUSTO.at/baerlauchgnocchi](http://GUSTO.at/baerlauchgnocchi)



[GUSTO.at/spageleintopf](http://GUSTO.at/spargeleintopf)



[GUSTO.at/cottage-wrap](http://GUSTO.at/cottage-wrap)



[GUSTO.at/ingwernudeln](http://GUSTO.at/ingwernudeln)



## Workshop gewinnen

DAS AUGE ISST MIT: MIT ARGETA SCHÖN ANRICHTEN LERNEN IN DER GUSTO-KÜCHE

Am Abend des 28. Mai ist es so weit: In der GUSTO-Küche in Wien findet der Anrichte- und Foodstyling-Workshop mit GUSTO-Rezeptkreativin und Foodstyling-Expertin Charlotte Cerny statt. In kleinen Gruppen zeigt sie den Leserinnen und Lesern, die einen Platz gewonnen haben, wie man für seine Liebsten und sich selbst eine traumhaft schöne Brotzeit gestaltet. Denn da das Auge bekanntlich immer mitisst, zahlt es sich aus, einige Tricks auf Lager zu haben, wenn es darum geht, Sandwiches ansprechend zu streichen und zu dekorieren oder auch gekonnt Foodboards zu gestalten, die den Gästen ein staunendes Wow entlocken.

Veranstaltet wird der Workshop von Europas Nummer 1 in Sachen Fleisch- und Fischauftreib: Die Traditionsmarke Argeta, deren Qualitätsauftreib ohne Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker, Gluten und künstliche Farbstoffe auskommen, ist an diesem Abend Gastgeber in der GUSTO-Küche. Wir freuen uns auf Sie!  
Spielen Sie mit unter [GUSTO.at/gewinnspiele](http://GUSTO.at/gewinnspiele).  
Teilnahmeschluss: 19. Mai 2025

Mehr zu den Produkten von  
Argeta unter [argeta.com](http://argeta.com)

**ARGETA®**

# DA SCHMELZEN DIE PREISE

MUCCI

## WASSEREIS SWIP

verschiedene Sorten  
6 x 110 ml

per Packung  
**2,49**

3,77/Liter



TIEFGEKÜHLT



TIEFGEKÜHLT



MUCCI

## FUNKY AMERICAN

verschiedene Sorten  
500 ml

per Stück  
**3,49**

6,98/Liter



TIEFGEKÜHLT



verschiedene Sorten

318 ml / 306 ml / 300 ml

per Packung

**2,99**

9,41/9,77/9,97/Liter

MUCCI

## MINI WAFFELHÖRNCHEN

verschiedene Sorten  
12 x 28 ml

per Packung  
**2,79**

8,30/Liter



TIEFGEKÜHLT



TIEFGEKÜHLT

MUCCI  
**EISKNÖDEL**  
4 x 130 ml

per Packung  
**3,49**

6,71/Liter



MEHR EIS  
FÜRS GELD  
ZUM **HOFER  
PREIS,-**



Da bin ich mir sicher.



Discounter-Check:  
Kundenvotum Ware

**BESTER  
DISCOUNTER**

HOFER  
Umfrage 09/2024, 4 LEH-Discounter  
Gesamturteil zu 12 Warengruppen, ÖGVSAT/7749

ESKIMO  
**ERDBEER COMBINO**  
6 x 75 ml

TIEFGEKÜHLT



per Packung  
**4,99**

11,09/Liter

ESKIMO  
**KIDS MIX**  
398 ml

TIEFGEKÜHLT



per Packung  
**4,99**

12,54/Liter

MAGNUM  
**STIELEIS 6ER**  
verschiedene Sorten  
600 ml / 580 ml

TIEFGEKÜHLT

glückig 25.04. - 26.04.

**-31%**

per Packung **2,99**

**5,49**

9,15/9,47/Liter



# Urlaubsträume zum Gewinnen

## GEWINNSPIEL-SPECIAL

Das Hotel Alpenhof ist Mitglied der Vereinigung „family austria Hotels & Appartements“ und bietet mit vielen neuen Annehmlichkeiten die perfekte Kombination aus Erholung und Aktivität. Im Hotel Schloss Lerchenhof residiert man in ehrwürdigen Gemäuern, entschleunigt auf idyllischen Kraftplätzen und genießt Slowfood-Produkte aus der eigenen Landwirtschaft. Es ist Mitglied der Vereinigung „Schlosshotels & Herrenhäuser“, die heuer 60-Jahre-Jubiläum feiert.



## Hotel Alpenhof

Die Region rund um Zauchensee ist bekannt für ihre atemberaubenden Landschaften und ihre Vielfältigkeit an Outdoor-Aktivitäten. Ob Gipfelwanderungen, Mountainbiken auf gut ausgeschilderten Strecken oder geführte Touren durch die unberührte Natur – das Hotel Alpenhof ist der perfekte Ausgangspunkt. Nach einem umfassenden Umbau entstand ein modernes Refugium für alle, die eine Mischung aus Luxus, Tradition und Natur suchen. Das neue Highlight ist der großzügige Poolbereich, der mit modernen Elementen und einem atemberaubenden Blick auf die umliegende Bergwelt begeistert. Der renovierte Wellnessbereich bietet eine tolle Saunalandschaft, Ruhezonen und ein großartiges Beautyprogramm: Gesichts-Behandlung, Hot-Stone-Massage, Rosenöl-Bad und eine äußerst entspannende Aromaöl-Cremepackung auf der Wasserschwebeliege. Während Eltern relaxen, können sich die Kids austoben, die Gastgeberfamilie Gsodam ist stolz, Mitglied der family austria Hotels & Appartements zu sein und sorgt dafür, dass sich Groß und Klein rundum wohlfühlen. Ein Kinderparadies mit Betreuung, Softplayanlage, Babypaket, Kinderkino, Kinderbuffet, ein Teen-Bereich und



**WIR VERLOSEN**  
2 Nächte für 2 Erwachsene  
und 2 Kinder  
samt Halbpension  
[GUSTO.at/gewinnspiele](http://GUSTO.at/gewinnspiele)

vieles mehr garantieren allen Altersstufen Erholung, Spaß und Unterhaltung. Auch in Sachen Genuss kommen alle auf ihre Rechnung – Schlemmerfrühstück, Lunch, Gourmet- oder Kindermenü, Galadinner, Grillabende, dazu exzellente Weine und coole Drinks an der Hotelbar.

### HOTEL ALPENHOF \*\*\*\*S

Familie Gsodam  
5541 Altenmarkt, Zauchensee 29  
[www.alpenhof.net](http://www.alpenhof.net)

# Hotel Schloss Lerchenhof



**WIR  
VERLOSEN**  
2 Nächte für 2 Personen  
im Doppelzimmer  
samt Halbpension  
[GUSTO.at/gewinnspiele](http://GUSTO.at/gewinnspiele)

Das denkmalgeschützte Biedermeier-Schloss Lerchenhof liegt idyllisch inmitten von Wiesen, Äckern und Wäldern hoch über den Tälern im Dreiländereck Kärnten, Friaul und Slowenien. Es wurde 1848 erbaut und befindet sich seit 1880 in Besitz der Familie Steinwender. Herrschaftliches Ambiente, gemütliche individuelle Zimmer und Appartements, ganz viel Natur rund um das Schloss und die sehr nachhaltige Philosophie der Gastgeber machen einen Aufenthalt unvergesslich. Mama, Papa, Omas, Opas, Schwager, Geschwister und sogar die Uroma tragen bei, Tiere zu pflegen, Äcker und Gärten zu bewirtschaften, die Ernten einzubringen und die Produkte zu einzigartigen Lebensmitteln zu veredeln. Allen voran den EU-geschützten „Gailtaler Speck g.g.A.“. Die Philosophie dahinter: Gib dem Produkt Zeit. Das „NULL Kilometer Restaurant“ ist das Herzstück des Hotels. Hier beginnt der Tag mit einem Slow-Food-Frühstück mit hausgemachten Spezialitäten vom Schloss-Bauernhof sowie Produkten von regionalen Partnern und Bauern. Abends kocht der Schlossherr, Johann Steinwender. Er zeigt, wie aus frischen Produkten und kreislauforientiertem Lebensmittelmanagement Gerichte und Menüs von beeindruckender Raffinesse entstehen. Hausgemachte Getränke, Weine, Biere aus der Region und Edelbrände sind die perfekte Ergänzung zur ausgezeichneten Küche. Wer mehr über die Philosophie erfahren möchte, bucht ein spezielles „Slow Food Travel Erlebnis“, etwa „Faszination Speck“ oder eine geführte Genusstour.



**HOTEL SCHLOSS LERCHENHOF \*\*\*\***

Familie Gerhild & Hans Steinwender  
9620 Hermagor, Untermöschach 8  
[www.lerchenhof.at](http://www.lerchenhof.at), [www.schlosshotels.co.at](http://www.schlosshotels.co.at)

Fotos: Schloss Lerchenhof

# Eine auf den Kuchen, eine in den Mund ...

Wie sollen wir ihnen nur widerstehen? Und warum sollten wir überhaupt? Erdbeeren sind schließlich unbestritten die größte kulinarische Freude im Mai – pur oder bei den fünf süßen Köstlichkeiten auf den kommenden Seiten. Ideal für Muttertag, Kaffeejause, Brunch – oder einfach mal so!

Rezepte: Kerstin Grossbauer, Melisa Hadzic Fotos: Mara Hohla / Butter & Salt

Unsere 20 besten Erdbeertorten:  
[GUSTO.at/erdbeertorten](http://GUSTO.at/erdbeertorten)





# No bake Erdbeer-Tiramisu-Rolle

10 Stück

**ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

**ZUM ZIEHENLASSEN:** ca. 6 Stunden

200 g Biskotten (24 Stück)

150 ml Milch

350 g Mascarpone

350 ml Schlagobers

75 g Staubzucker

1 TL Vanilleextrakt

250 g Erdbeeren

## DEKO

150 ml Obers

100 g Erdbeeren

## Staubzucker

**1** Ein Blech (oder Schneidebrett) doppellagig mit Frischhaltefolie auslegen. Biskotten nacheinander kurz in Milch tauchen und mit der gezuckerten Seite nach unten in zwei Reihen dicht nebeneinander auf die Folie legen. Biskotten ca. 2 Stunden ziehen lassen, bis sie gut aufgeweicht sind.

**2** Für die Creme Mascarpone, Obers, Staubzucker und Vanille mit dem Mixer cremig rühren, bis das Obers steif und die Creme stabil ist. Erdbeeren putzen, in kleine Würfel schneiden und unterheben. Füllung gleichmäßig auf den Biskotten verstreichen.

**3** Biskotten mit Hilfe der Folie zur Mitte einklappen, am besten mit beiden Unterarmen behelfen. Die Biskotten sollten die Füllung umschließen und sich oben fast berühren.

**4** Frischhaltefolie festziehen, damit die Rolle die Form behält. Rolle mindestens 4 Stunden im Kühl schrank ziehen lassen.

**5** Für die Deko Obers aufschlagen, Erdbeeren putzen und dekorativ zurechtschneiden. Folie entfernen, für einen sauberen Anschnitt beide Endstücke abschneiden (*siehe Tipp*) und Rolle mit Obers, Erdbeeren und Staubzucker dekorieren.

## TIPPS

- Für ein schöneres Ergebnis werden die Endstücke weggeschnitten, da sie in der Regel weniger Füllung haben. Sie schmecken aber genauso gut und können gleich als erstes vernascht werden.
- Für eine besonders stabile Creme können Sie eine Packung Sahnesteif in die Füllung mixen, sie hält aber auch ohne die Extra-Zutat gut.



# Erdbeer-Stracciatella-Tarte

10 Stück **ZUBEREITUNG:** ca. 1 Stunde  
**ZUM KÜHLEN:** ca. 2 Stunden

600 g Erdbeeren  
2 EL Erdbeermarmelade

**TEIG**  
4 mittlere Eier  
1 Prise Salz  
100 g Kristallzucker  
1 Pkg. Vanillezucker  
120 g glattes Mehl  
1 TL Backpulver  
65 g Butter (*geschmolzen*)

**CREME**  
200 g Schlagobers  
100 g Joghurt  
200 g Topfen  
50 g Staubzucker  
50 g Zartbitterschokolade (72 %, *fein gehackt*)

---

Butter, Brösel

- 1 Obstkuchenform (Ø 26 cm) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln ausstreuen. Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
- 2 Eier trennen. Eiklar mit Salz steif schlagen, Zuckersorten einrieseln lassen. Dotter einzeln zugeben und unterrühren. Mehl mit Backpulver vermischen und abwechselnd mit der Butter unter die Masse rühren.
- 3 Masse in die Form füllen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 20 Minuten backen. Herausnehmen, überkühlen lassen, aus der Form stürzen und vollständig auskühlen lassen.
- 4 Erdbeeren putzen. Die Hälfte in feine Würfel schneiden, restliche halbieren.
- 5 Teigboden mit Marmelade bestreichen und mit Erdbeerwürfeln (1 EL für die Deko beiseitestellen) bestreuen.
- 6 Für die Creme Obers schlagen. Joghurt mit Topfen und Staubzucker verrühren. Obers und Schokolade (1 EL für die Deko beiseitestellen) unterheben. Creme auf den Erdbeerwürfeln verstreichen. Tarte ca. 2 Stunden kühl stellen (*siehe Tipp*).
- 7 Für das Topping Erdbeerhälften auf der Creme verteilen. Mit restlichen Erdbeerwürfeln und übriger Schokolade bestreuen.

## TIPP

Die Tarte schmeckt auch ohne Kühlzeit wunderbar. Stellt man sie kalt, wird die Creme jedoch schnittfest.

# French Toast mit Erdbeer-Cheesecake-Füllung

4 Portionen

**ZUBEREITUNG:**  
ca. 40 Minuten

2 mittelgroße Eier  
50 ml Milch  
50 ml Schlagobers  
½ TL Zimt

1 TL Kristallzucker  
300 g Erdbeeren  
2 EL Ahornsirup  
12 Scheiben Briochedetoast

**FÜLLE**  
100 g Frischkäse  
30 g Sauerrahm  
15 g Staubzucker  
¼ TL Zitronenabrieb  
200 g Erdbeeren

*Butter (zum Anbraten), Staubzucker*



- 1 Für die Füllung Frischkäse, Sauerrahm, Staubzucker und Zitronenabrieb verrühren. Erdbeeren putzen und in kleine Würfel schneiden.
- 2 Eier, Milch, Obers, Zimt und Zucker verquirlen. Erdbeeren putzen, in Scheiben schneiden und mit Ahornsirup beträufeln, beiseite stellen.
- 3 Auf einer Scheibe Brioche 2 TL Creme verteilen und Erdbeerwürfel verteilen. Eine zweite Scheibe Brioche darauflegen und etwas andrücken. Wieder mit 2 TL Creme und Erdbeerwürfeln toppen und mit einer dritten Scheibe belegen. Mit den restlichen Zutaten auf die gleiche Art drei weitere French Toasts zubereiten.
- 4 French Toasts etwas zusammendrücken und rundherum mit der Ei-Mischung tränken. Eine große Pfanne erhitzen, etwas Butter darin zerlassen, Toasts von allen Seiten anbraten.
- 5 Mit Erdbeerscheiben anrichten und mit Staubzucker bestreuen.

## TIPPS

- Wer für French Toast auf Brioche- statt auf herkömmlichen Toast setzt, hebt ihn geschmacklich aufs nächste Level. Statt Briochedetoast können Sie auch Striezel verwenden.
- Ebenfalls köstlich: dickere Scheiben Brioche verwenden, dann jedoch nur mit zwei Scheiben zubereiten.





## Erdbeer- Topfenomelette

4 Portionen

ZUBEREITUNG: ca. 30 Minuten

200 g Erdbeeren  
 1 EL Honig  
 4 mittlere Eier  
 70 g Staubzucker  
 300 g Topfen (20 %)  
 50 g Ricotta  
 Schale von ½ Bio-Zitrone  
 (abgerieben)  
 50 g Maisstärke  
 1 EL Butter

---

Staubzucker

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Erdbeeren putzen, in Scheiben schneiden und mit Honig beträufeln.
- 2 Eier trennen. Eiklar mit Zucker zu Schnee schlagen. Dotter mit Topfen, Ricotta, Zitronenschale und Stärke verrühren. Schnee unter die Topfmasse heben.
- 3 Butter in einer ofenfesten Pfanne (Ø ca. 28 cm) schmelzen. Topfmasse hineingießen und ca. 1 Minute anbacken. Omelette mit Erdbeeren belegen und im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) 15 bis 18 Minuten goldbraun backen.
- 4 Pfanne aus dem Rohr nehmen, Omelette mit Staubzucker garniert servieren.



# Erdbeer-Gugelhupf



12 Stück  
**ZUBEREITUNG:**  
ca. 1 ½ Stunden

250 g Erdbeeren

**TEIG**  
5 mittlere Eier  
125 ml Mineralwasser  
230 g Staubzucker  
1 Pkg. Vanillezucker

125 ml Pflanzenöl  
400 g glattes Mehl  
1 Pkg. Backpulver  
200 g Naturjoghurt

**TOPPING**  
1 EL Staubzucker  
1 EL getrocknete Erdbeeren  
*(grob gehackt; optional)*  

---

Butter, Brösel

- 1 Rohr auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Gugelhupfform (ca. 1,5 l) mit Butter ausstreichen und mit Bröseln ausstreuen. Erdbeeren putzen und klein schneiden.
- 2 Eier trennen. Eiklar mit Mineralwasser und Zuckersorten ca. 10 Minuten schaumig schlagen. Dotter einzeln zugeben, Öl in dünnem Strahl zugießen.
- 3 Mehl mit Backpulver vermischen und abwechselnd mit dem Joghurt zur Masse geben. Erdbeeren unterheben.
- 4 Masse in die Form füllen und im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 1 Stunde backen. Gugelhupf herausnehmen und auskühlen lassen. Gugelhupf mit Staubzucker besieben und – falls verwendet – mit getrockneten Erdbeeren dekorieren.

SO PRICKELND KANN  
ROSÉKTFRÜHSTÜCK SEIN



MIT HENKELL SEKT DEN  
FRÜHLING GENIESSEN.

HENKELL

# ERDBEEREN AUS PROFIHAND



## MARA HOHLA

Fotografin, Foodstylistin & Rezeptkreateurin (Stadtmärchen, Butter & Salt und Studio Courage). Mara Hohla hat die wunderbaren Erdbeerbilder dieser Ausgabe fotografiert. Ich liebe Erdbeeren so sehr, dass ich sogar ein Walderdbeertattoo habe. Walderdbeeren sind der Geschmack meiner Kindheit, meine Großeltern hatten rund um ihr Haus Unmengen davon. Meine Oma hat daraus immer Parfait gemacht. Wenn ich jetzt welche finde, esse ich sie am liebsten pur, gleich direkt im Wald. „Normale“ Erdbeeren viertele ich gerne grob, bestreue sie mit Kristallzucker und lasse sie mindestens eine halbe Stunde stehen. Puristisch esse ich sie dann mit Rahm, am liebsten aber als Eton Mess. Baiser, griechisches Joghurt und die mazerierten Erdbeeren mit ihrem schönen Saft dazu – ein Traum. Kann man übrigens in Gläsern schön auf Vorrat machen!



## MELANIE BRANSCHÄDEL

Köchin, Foodconsultant, Catering sowie Speisekarten- und Speisenentwicklung für das Motto am Fluss & Chez Bernard. @melchefb  
Nichts schlägt pure Erdbeeren, frisch vom Feld. Das gesagt habend: Spannend ist auch eine Kombination, die wir früher in der Käfer Schänke in München gemacht haben. Orangenzeste mit Zucker oder Kokosblützucker mischen, dann frische Erdbeeren in flüssiges Obers und im Anschluss in den Orangenzucker tauchen. Ein Traum, und eigentlich immer noch sehr puristisch! Pikant schmecken Erdbeeren auch sehr gut, wobei ich die Kombi mit Spargel schon ein wenig abgenutzt finde. Interessanter ist es, sie mit Bittersalaten zu paaren. Radicchio Rosa, Erdbeeren dazu und ein leichtes Dressing aus Amalfizitrone oder Bergamotte, Olivenöl und einem guten Salz. Das Bittere, die Zitrusnote und die Süße – perfekt.

## DORIS SOCHUREK

Köchin und Mitbetreiberin des Aris Cantina in Absdorf, spezialisiert auf unwiderstehlich köstliche Süßspeisen, inspiriert von Mexiko und Österreich. Bei uns gibt es oft Buñuelo, das ist eine frittierte Weizentortilla, die in Zimtzucker gewälzt wird. In der Erdbeerzeit richten wir sie mit einer Erdbeervariation und Basilikum an. Die Erdbeeren werden einerseits mit Limette mariniert, andererseits gibt es auch ein Erdbeersorbet dazu: Die Früchte werden püriert und passiert. Es kommen Zucker, Limettensaft und Wasser dazu, dann wird die Masse gefroren. Privat esse ich Erdbeeren am allerliebsten sehr einfach, so wie sie schon früher meine Mama gemacht hat: nur mit ein wenig Staubzucker und Joghurt. Oder so großartig, wie sie meine Oma immer verwendet hat: als Erdbeermousse mit etwas Joghurt auf einem Biskuitboden. Für mich die totale Kindheitserinnerung.



## MATTHIAS KRENN

Konditormeister und Unternehmer: Feinbäckerei in Waidhofen an der Ybbs und Autor des wunderbaren Patisserie-Buchs „Dramatic Cake“ Topfen, Joghurt oder Mascarpone – das sind einfach die perfekten Begleiter für Erdbeeren! Im Moment kommen diese bei mir sehr oft zum Einsatz: auf der Pistazien-Dacquoise, dem Cheesecake oder auch auf der Mousse-au-chocolate-Tarte. Eine Komposition, die ich im Tian von Thomas Scheibelhofer gelernt habe, sind kleine Bio-Erdbeeren mit Yuzu, Asti und Läuterzucker angemacht – eine sensationelle Kombination! Wer das Glück hat Walderdbeeren zu finden, dem kann ich übrigens das Ragout aus meinem Buch „Dramatic Cake“ ans Herz legen: 20 g Waldhonig mit 4 g Yuzu-Saft homogenisieren. In Stücke gerissene Minze beigeben und 100 g frische Walderdbeeren damit marinieren.



# Was steht diesmal am Muttertags-Menü?

#ganzich

Marke  
von dm



dmBio  
Haferflocken  
Feinblatt  
500g

**0,85**  
€

1,70 € je 1kg

▼ IMMERGÜNSTIG
seit 09.2024 0,85€
08.2024 0,95€
07.2023 1,25€



dmBio  
Haferdrink  
glutenfrei  
1l

**1,50**  
€

▼ IMMERGÜNSTIG
seit 04.2025 1,50€
03.2025 1,55€



dmBio  
Agavendicksaft  
250ml

**2,25**  
€

9,00 € je 1l

▼ IMMERGÜNSTIG
seit 07.2023 2,25€
06.2023 2,90€

Nur das  
Allerbeste für  
Mama!

Das leckere Rezept für eine  
vegane Erdbeertarte mit  
Knusperboden gibt's auf  
[dm.at/erdbeertarte](http://dm.at/erdbeertarte)



dmBio  
Kokosöl  
nativ  
300ml

**2,95**  
€

9,83 € je 1l

▼ IMMERGÜNSTIG
seit 04.2025 2,95€
03.2025 3,25€



dmBio  
Cashew  
Kerne  
150 g

**2,95**  
€

19,67 € je 1kg

▼ IMMERGÜNSTIG
seit 07.2022 2,95€

BIO

Alle Produkte auf dieser Seite sind zu 100% bio!

HIER BIN ICH MENSCH  
HIER KAUF ICH EIN

**dm**



# 1 X PARADEISER IN ÖL, FÜNF IDEEN

In unserer Rubrik „Produktvielfalt“ zeigen wir, wie abwechslungsreich man eine Zutat des Vorrats unterschiedlichsten Bedürfnissen und Anlässen entsprechend verwenden kann: vom Frühstück und unkomplizierten Lunch bis zum Dinner und als Snack. Dieses Mal im Fokus: in Öl eingelegte, getrocknete Paradeiser.

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

**B**ei Eddi Dimant landen sie als Tapas am Tisch oder als Add-On in der Focaccia, Haya Molcho backt damit schon mal ein Sauerteigbrot und Alexandra Palla hat sie als eine ihrer kulinarischen Wunderwaffen immer im Vorratsschrank: in Öl eingelagerte, getrocknete Paradeiser. Sie bestechen durch herrlich aromatischen Geschmack, sind sehr lange haltbar und können auf unterschiedlichste Art und Weise eingesetzt werden.

*Aus einem Glas mit aromatischen, leicht süßen Paradeisern im Vorrats schrank können Sie das ganze Jahr lang fantastische Köstlichkeiten zaubern.*

Schnelle Pasta. Unkompliziertes Pesto. Sonniger Salat. Pizzabelag. Oder ganz pur zu getoastetem Brot mit etwas Käse: Halb oder ganz getrocknete Paradeiser sind in all diesen Gerichten eine großartige Idee. Praktisch: Glatt gemixt helfen sie aus, wenn das Tomatenmark ausgegangen ist. Wer noch ein paar Gewürze und Öl hinzufügt, ersetzt damit eine Chilipaste. Und was wir besonders mögen: Bei eingelagerten Paradeisern wird nichts verschwendet. Das Öl kann man zum Anbraten oder Marinieren verwenden.

## PUTTANESCA-SCHNECKEN

8 Stück  
**ZUBEREITUNG:**  
ca. 1 Stunde  
**ZUM GEHENLASSEN:**  
ca. 1 ½ Stunden  
  
**TEIG**  
300 g glattes Mehl  
10 g frische Germ  
150 ml lauwarmes Wasser  
1 mittelgroßes Ei  
½ TL Salz  
50 ml neutrales Öl  
½ TL Kristallzucker

**FÜLLE**  
100 g getrocknete Paradeiser (*in Öl eingelagert*)  
50 g Kalamata-Oliven (*entkernt*)  
30 g Kapern  
2 Sardellenfilets (*optional*)  
75 g Tomatenmark  
2 EL Öl (*aus dem Glas der eingelagerten Paradeiser*)  
1 Knoblauchzehe (*gepresst*)  
¼ TL Chiliflocken  
1 EL Petersilie (*gehackt*)  
  
Mehl, 1 Ei (*verquirlt, zum Bestreichen*), Petersilie (*gehackt*)

- 1 Für den Teig alle Zutaten 10 Minuten glatt kneten. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen.
- 2 Währenddessen die Füll vorbereiten. Abgetropfte Paradeiser, Oliven, Kapern und (falls verwendet) Sardellenfilets grob hacken. Mit den restlichen Zutaten verrühren.
- 3 Boden einer runden Backform (Ø 26 cm) mit Backpapier auslegen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen (30 x 40 cm) und Füll gleichmäßig darauf verstreichen. Teig von der langen Seite her aufrollen und in acht gleich große Stücke schneiden. Schnecken mit der Schnittseite nach oben in die Form setzen, abdecken und 30 Minuten gehen lassen.
- 4 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Schnecken mit Ei bestreichen und ca. 20 Minuten backen. Mit Petersilie bestreuen und warm oder kalt servieren.

### TIPP

Werden die Sardellen für eine vegetarische Variante weggelassen, Füll mit Salz abschmecken.



# BUNTER ERDÄPFELSALAT MIT PARADEISER-VINAIGRETTE

4 Portionen

## ZUBEREITUNG:

ca. 25 Minuten

500 g kleine Erdäpfel

½ EL Öl (*aus dem Glas der eingelegten Paradeiser*)

400 g wilder Brokkoli

4 Eier

40 g getrocknete Paradeiser  
(*in Öl eingelegt*)

## EINGELEGTE ROTE ZWIEBEL

1 große rote Zwiebel

180 ml Weißweinessig

50 g Zucker

## VINAIGRETTE

30 g getrocknete

Paradeiser (*in Öl eingelegt*)

40 ml Weißweinessig

40 ml Wasser

1 TL Honig

1 EL Dijon-Senf

2 kleine Knoblauchzehen  
(*geschält*)

50 ml Öl (*aus dem Glas der eingelegten Paradeiser, alternativ Olivenöl*)

Salz, frisch gemahlener Pfeffer

1 Für die eingelegten Zwiebeln Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Essig mit Zucker und 1 Prise Salz aufkochen. Zwiebelringe zugeben, Hitze reduzieren und ca. ½ Minute ziehen lassen. Vom Herd nehmen, umfüllen und abkühlen lassen.

2 Erdäpfel in leicht gesalzenem Wasser weich kochen.

3 Währenddessen alle Zutaten der Vinaigrette (bis auf das Öl) in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer glatt mixen. Öl nach und nach untermischen. Wenn die Konsistenz zu dickflüssig ist, mehr Wasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 In einer Pfanne Öl erhitzen, Brokkoli zugeben und 2–3 Minuten anbraten. Mit einem Schuss Wasser ablöschen, zudecken und bissfest garen. Mit Salz würzen. Eier bis zum gewünschten Grad (von wachsweich bis hart) kochen. Getrocknete Paradeiser in Streifen schneiden. Erdäpfel abgießen und halbieren oder vierteln.

5 Erdäpfel mit Brokkoli und Paradeiserstreifen mischen. Eier schälen und halbieren. Salat mit Eiern und eingelegten Zwiebeln anrichten. Mit Vinaigrette beträufeln. Übrige Vinaigrette im Kühlschrank aufbewahren.





## PARADEISER-FISCHCURRY MIT PAK CHOI

4 Portionen **ZUBEREITUNG:** ca. 30 Minuten

1 EL Öl (*aus dem Glas der eingelegten Paradeiser*)  
 400 ml Kokosmilch  
 600 g weißer, festfleischiger Fisch (*z.B. Kabeljau*)  
 300 g Pak Choi  
 30 g getrocknete Paradeiser (*in Öl eingelegt*)  
 1 EL Sojasauce  
 1 TL Fischsauce  
 2 Limetten

### CHILIPASTE

70 g getrocknete Paradeiser (*in Öl eingelegt*)  
 10 g Ingwer (*geschält*)  
 1 EL Öl (*aus dem Glas der eingelegten Paradeiser*)  
 ½ TL Kreuzkümmel (*gemahlen*)  
 ½ TL Cayennepfeffer  
 ½ TL geräuchertes Paprikapulver  
 ½ TL Chilipulver (*oder Chiliflocken*)

- 1 Für die Paste Paradeiser, Ingwer und Öl mit einem Stabmixer mixen, Gewürze einrühren.
- 2 In einer Wokpfanne Öl erhitzen, Paste zugeben und braten, bis sie zu duften beginnt (1–2 Minuten). Wenig Kokosmilch unterrühren. Sobald sich diese mit der Paste verbunden hat, mit restlicher Kokosmilch aufgießen. 5 Minuten leicht köcheln lassen.
- 3 Fisch in Stücke schneiden. Pak Choi in einzelne Blätter teilen. Helle Teile in Streifen schneiden, dunkle grob zerkleinern. Paradeiser, falls sie sehr groß sind, grob zerkleinern.
- 4 Curry mit Sojasauce, Fischsauce und dem Saft einer ½ Limette abschmecken. Eventuell mit den Gewürzen, die für die Paste verwendet wurden, nachwürzen.
- 5 Fisch, Pak Choi und Paradeiser zugeben und einige Minuten im Curry ziehen lassen, bis der Fisch gar ist. Restliche Limetten dazu reichen.

— Dazu passt Reis.

# PARADEISER-WURZIS

4 Stück

**ZUBEREITUNG:** ca. 45 Minuten

**ZUM GEHENLASSEN:** ca. 1 ½ Stunden

125 g getrocknete Paradeiser (*in Öl eingelegt*)

20 ml Öl (*aus dem Glas der eingelagerten Paradeiser*)

250 ml Wasser (*lauwarm*)

10 g frische Germ

500 g glattes Weizenmehl

10 g Salz

5 g Zucker

5 g Basilikum (*fein gehackt*)

—  
*Mehl*

- 1 Paradeiser abtropfen lassen und möglichst fein hacken.
- 2 Alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten. Abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
- 3 Backblech mit Backpapier belegen. Rohr auf 200 °C Heißluft vorheizen.
- 4 Teig in 4 Stücke teilen, zu länglichen Stangen formen und kräftig bemehlen. Stücke auf das Blech legen, vorsichtig eindrehen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
- 5 Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 bis 25 Minuten backen.

## TIPP

Die Wurzis lassen sich sehr gut einfrieren.

# PARADEISER-FETAAUFSTRICH

Ergibt ca. 400 g

**ZUBEREITUNG:** ca. 15 Minuten

40 g getrocknete Paradeiser (*in Öl eingelegt*)

1 EL Öl (*aus dem Glas der eingelagerten Paradeiser*)

1 Knoblauchzehe (*geschält*)

150 g Feta

100 g Frischkäse

100 g Cottage Cheese

3 große Basilikumblätter

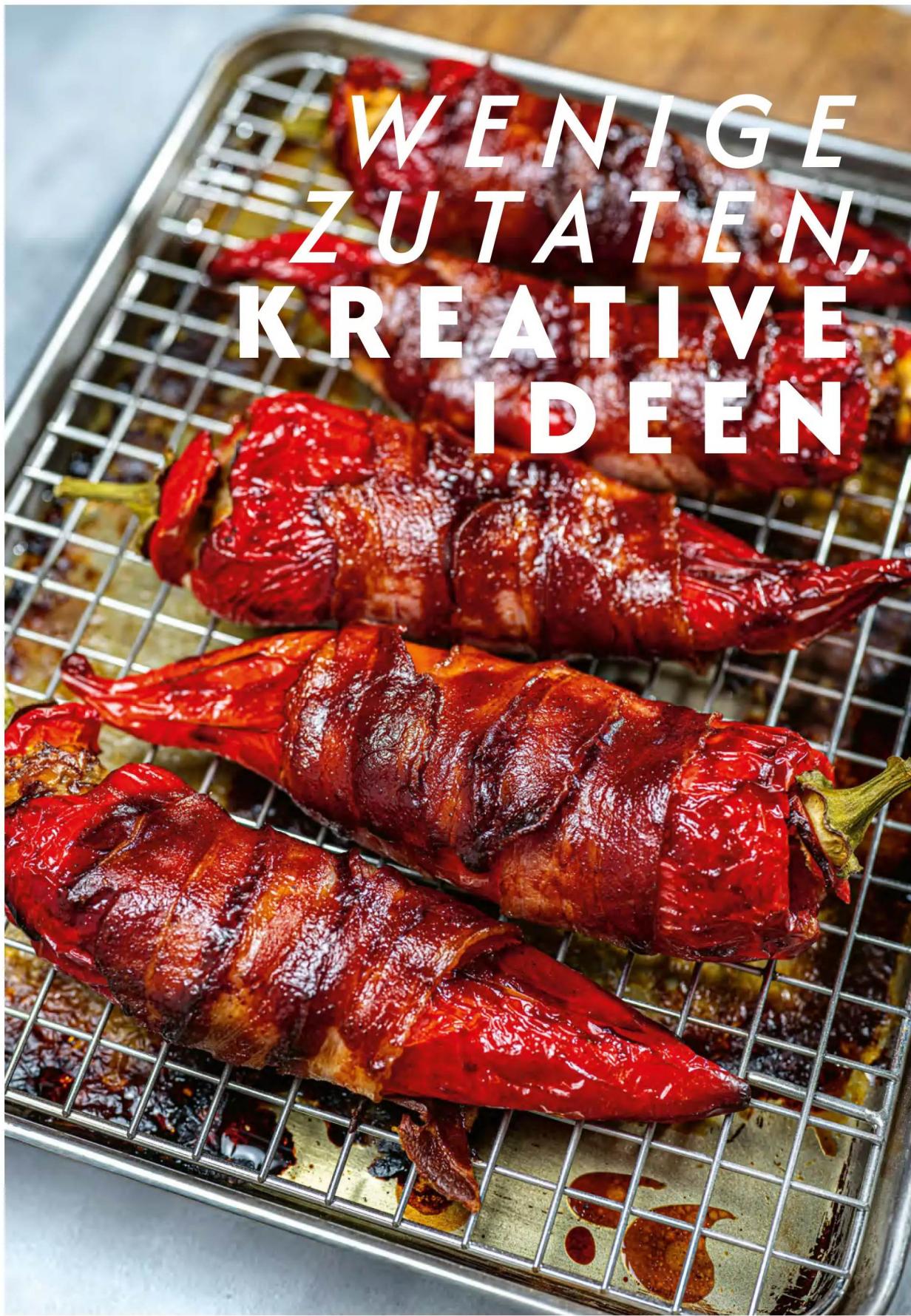
½ TL Chilipulver

—  
*Salz, Pfeffer*

Paradeiser abtropfen lassen und trockentupfen. Grob hacken. Alle Zutaten in einem Kutter fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



WENIGE  
ZUTATEN,  
KREATIVE  
IDEEN



Wer gerne auch mal am Feierabend oder ganz unkompliziert spontan den Griller anwirft, freut sich über Ideen, die wenige Zutaten benötigen und ohne lange Vorbereitung auskommen. Grillmeister Michael Schiller, Spitzname „The BBQ Bear“, ist dafür Spezialist.

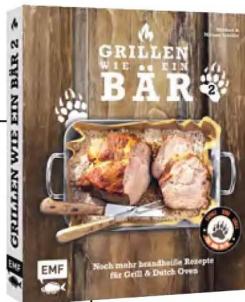
Rezepte: Michael & Miriam Schiller

Fotos: Sebastian Schollmeyer / EMF, Miriam Schiller

### GUSTO-Empfehlung

Kreative Grill-Rezepte teilt Schiller auch in der Fortsetzung seines Erfolgsbuchs „Grillen wie ein Bär, Teil 2“

EMF Verlag, € 20,60



Michael Schiller hat wieder den Grill angeworfen. Rechtzeitig zum Start der Barbecue-Saison hat der Grillmeister zusammen mit seiner BBQ-Partnerin-in-Crime, Ehefrau Miriam, eine Fortsetzung des Buchs „Grillen wie ein Bär“ veröffentlicht. Die große Fangemeinde seines YouTube-Channels „The BBQ Bear“ freut es – uns auch, denn im zweiten Teil stehen ebenfalls wieder erprobte Rezepte, die ohne lange Zutatenlisten und exotische Lebensmittel auskommen, im Mittelpunkt. Auf die Idee kommt es an, so das erklärt Moto. Das bedeutet, dass die Erdäpfel schon mal unkompliziert mit Mayonnaise glasiert werden. Oder das Faschierte für die Torpedos (*Bild links*) einfach mit einem BBQ-Rub gewürzt wird, der sonst zum Einreiben des Grillguts verwendet wird. Praktisch: Spielt das Wetter mal nicht mit, sind die meisten seiner Rezepte auch im Backrohr umsetzbar. Der Bär mag es eben nicht nur gschmackig, sondern auch stressfrei.

## PAPRIKA-TORPEDOS MIT BACON UND FASCHIERTEM

*Gefüllte Paprika aus dem Rohr kennen und mögen fast alle: oben aufgeschnitten, mit Faschiertem gefüllt und im Backrohr geschmort. Michael Schiller hat sich dazu eine Variante für den Grill ausgedacht.*

6 Portionen

500 g gemischtes Faschiertes

2 EL BBQ-Rub nach Wahl

150 g geriebener Käse  
nach Wahl

6 rote Spitzpaprika

18 Scheiben Frühstücksspeck

#### BENÖTIGTES ZUBEHÖR

Gitter mit Abtropfschale  
Thermometer

#### GEEIGNET FÜR

Gas-, Kugel- und Keramikgrill

1 Faschiertes in eine Schüssel geben, BBQ-Rub und Käse hinzufügen und alles so lange gut durchkneten, bis sich das Gewürz und der Käse gleichmäßig im Faschierten verteilt haben.

2 Spitzpaprika waschen und längs von oben ein Dreieck als Öffnung hineinschneiden. Mit einem Teelöffel das Kerngehäuse vorsichtig herausschaben, dann die Fleischmasse in die Paprikaschoten füllen und behutsam andrücken. Das herausgeschnittene Dreieck als Deckel wieder einsetzen.

3 Paprika mit jeweils 3–4 Speckscheiben (je nach Größe) überlappend umwickeln. Die eingewickelten Schoten auf ein Gitter mit Abtropfschale legen und in eine der Schoten ein Thermometer stecken.

4 Den Grill auf 160 °C indirekte Hitze einregeln und die Schoten ca. 60 Minuten im indirekten Bereich auf dem Grill lassen, bis das Faschierte eine Kerntemperatur von 80 °C aufweist und der Speck rundum schön gebräunt ist.

#### TIPP

Wer möchte, kann die Torpedos kurz vor Ende der Garzeit mit einer BBQ-Sauce glasieren.



*Die etwas andere Grillbeilage: Sie ist schnell und ohne großen Aufwand vorbereitet und passt zu fast allem.*

6 Portionen

1 kg kleine Erdäpfel  
4 EL Mayonnaise  
2 EL Sweet-Chili- oder Sriracha-Sauce  
1 ½ EL BBQ-Rub nach Wahl  
Salz

**GEEIGNET FÜR**  
Gas-, Kugel- und Keramikgrill, Smoker

- 1 Erdäpfel in kochendem Salzwasser 15 Minuten vorgaren, Wasser abgießen und Erdäpfel abkühlen lassen.
- 2 Mayonnaise mit Sauce und BBQ-Rub verrühren. Erdäpfel in einer Schüssel mit der Mayo-Mischung vermengen.
- 3 Den Grill auf 180 °C indirekte Hitze einregeln und die Erdäpfel ca. 30 Minuten in den indirekten Bereich auf den Rost legen. Nach der Hälfte der Zeit die Erdäpfel wenden, damit auch die Unterseite Farbe bekommt.

## GOLDEN POTATOES

# SCHWEINEBAUCH-LOLLIS

Diese schweinische Köstlichkeit hatte in kürzester Zeit über 100.000 Aufrufe auf Michael Schillers YouTube-Kanal!

6 Portionen

6 Scheiben Schweinebauch (*1 cm dick*)  
1 EL BBQ-Rub nach Wahl  
1 EL BBQ-Sauce nach Wahl

## BENÖTIGTES ZUBEHÖR

Holzspieße  
Fleischplattierer  
Gitter mit Abtropfschale

## GEEIGNET FÜR

Gas-, Kugel- und Keramikgrill, Smoker

- 1 Knochen und Schwarze der Schweinebauchscheiben entfernen. Anschließend die Scheiben etwas plattieren.
- 2 Die Scheiben von beiden Seiten mit BBQ-Rub würzen, dann aufrollen und mit einem Holzspieß fixieren.
- 3 Den Grill auf 140 °C indirekte Hitze einregeln. Die Lollis auf das Gitter legen und im indirekten Bereich ca. 2 Stunden auf dem Grill lassen. Nach ca. 1 ½ Stunden die Spieße mit der BBQ-Sauce glasieren.

## TIPP

Wer möchte, kann die Spieße in der ersten halben Stunde auch räuchern.



# GEBACKENER FETA MIT HONIG-SESAM-TOPPING

Dieses Rezept kommt bei Michael Schillers Gästen immer sehr gut an.  
Es ist schnell gemacht und auch für größere Gruppen einfach vorzubereiten.



6 Portionen

500 g Feta  
3 rote Zwiebeln  
2 EL Fajita-Gewürz (siehe Tipp)  
flüssiger Honig (Menge nach Belieben)  
Sesam (Menge nach Belieben)

#### BENÖTIGTES ZUBEHÖR

Schwedenschale oder grillgeeignete  
Auflaufform

#### GEEIGNET FÜR

Gas-, Kugel- und Keramikgrill

- 1 Feta-Flüssigkeit abgießen, den Feta in die Schwedenschale oder Auflaufform bröseln.
- 2 Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Mit dem Fajita-Gewürz unter den Feta mischen.
- 3 Den Grill auf 160 °C indirekte Hitze einregeln und die Schale für ca. 30 Minuten auf den Grill stellen.
- 4 Portionen auf Tellern anrichten und mit Honig beträufeln. Mit Sesam bestreut servieren.

— Dazu passt zum Beispiel gegrilltes Baguette.

#### TIPPS

- Der Feta gelingt und schmeckt auch aus dem Backofen.
- Fajita-Gewürz kann man fertig kaufen, Michael Schiller bereitet es aber gerne selbst zu. Dafür 3 TL Chiliflocken, 2 TL Meersalz, 2 TL geschroteter bunter Pfeffer, 2 TL Cayennepfeffer, 2 TL Knoblauchgranulat, 1 TL Zwiebelpulver, 1 TL roSENScharfes Paprikapulver, 1 TL gemahlener Koriander, 1 TL gemahlener Kreuzkümmel, 1 TL getrockneter Oregano und 1 TL getrocknete Petersilie mischen. Luftdicht und dunkel aufbewahren.

6 Portionen

6 Scheiben Toast  
120 g Gouda (*am Stück*)  
24 Scheiben Frühstücksspeck  
2 EL BBQ-Rub nach Wahl  
2 EL BBQ-Sauce zum  
Glasieren (*nach Belieben*)

**BENÖTIGTES ZUBEHÖR**

Nudelholz  
Gitter mit Abtropfschale

**GEEIGNET FÜR**

Gas-, Kugel- und Keramikgrill

- 1 Toastränder mit einem scharfen Messer abschneiden. Die Toastscheiben mit einem Nudelholz platt rollen.
- 2 Gouda in 6 dünne Streifen schneiden. Je 1 Streifen in 1 Scheibe Toast einrollen, dann mit so vielen Speckscheiben umwickeln, dass die Toastrolle ringsum gut verschlossen ist und der Käse nicht auslaufen kann.
- 3 Die Rollen rundum mit BBQ-Rub würzen und auf ein Gitter mit Abtropfschale legen.
- 4 Den Grill auf 160 °C indirekte Hitze einregeln und die Schale mittig ca. 30–45 Minuten auf den Grill stellen, bis der Speck rundherum schön Farbe bekommen hat. Wer möchte, kann die Rollen in den letzten Minuten mit BBQ-Sauce glasieren.

**TIPP**

Die Ränder des Toasts trocknen lassen, reiben und bis zur Verwendung als Semmelbröseln in einem Glas mit Schraubverschluss aufbewahren.



## HOLLAND-ROLLEN

*„Dieses genial einfache Rezept kam bei meiner Familie und meinen Followern so richtig gut an“, schwärmt Michael Schiller. „Unbedingt ausprobieren!“*

# DER WEG ZUM BESTEN STEAK VOM GRILL –

6 Tipps von Grillprofi Michael Schiller

## GUTES FLEISCH ZAHLT SICH AUS

Die Wahl des Fleischs ist beim Steak-Grillen das Um und Auf. Qualität und Herkunft sind für Michael Schiller die entscheidenden Kriterien – viel wichtiger als der Cut. Bei der Wahl der Steak-Art kann man auf persönliche Vorlieben eingehen.

## ERST MAL WARM WERDEN ...

Wichtig ist, das Fleisch ca. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank zu nehmen – wenn das Fleisch Zimmertemperatur annehmen kann, bevor es gegrillt wird, fällt das Ergebnis zarter aus. Etwa 40 Minuten, bevor es auf den Grill kommt, wird bei Schiller gesalzen.

## RICHTIG STARTEN

Das Steak sollte direkt vor dem Auflegen gewendet werden – es sollte also zuerst mit der Seite, die vor dem Grillen oben war, auf dem Rost platziert werden, da diese Seite von der Luft leicht angetrocknet ist und somit weniger am Rost kleben bleibt.

## STRESSFREI DANK FLEISCHTHERMOMETER

Warum mit einem Fragezeichen grillen, wenn es auch auf Nummer sicher geht? Gerade wer für mehrere Personen mit unterschiedlichen Vorlieben in Sachen Garpunkt grillt, ist mit einem Fleischthermometer gut beraten. Rare wird es bei einer Kerntemperatur von 48–51 °C, medium rare bei 52–54°C, medium bei 55–57 °C, medium well bei 58–60 °C und well done ab 60 °C.



## VORWÄRTS ODER RÜCKWÄRTS?

Bei der Steakzubereitung führen zwei Wege zum idealen Ergebnis: Beim Vorwärts-Grillen wird das Fleisch bei sehr hoher Hitze (mindestens 200 °C) angegrillt, bis man deutliche Röststellen sieht, dann wird es in den indirekten Hitzbereich am Grill gelegt (100 bis 140 °C) und bleibt dort so lange, bis man 3 Grad unter der gewünschten Kerntemperatur liegt. Beim Rückwärts-Grillen läuft es genau andersrum ab: Bis 5 Grad unter der Wunschtemperatur bleibt es im indirekten Bereich, dann wird es auf beiden Seiten bei starker Hitze je 2 Minuten scharf angebraten. Beides klappt, Schiller präferiert aber Variante 2: „Ich finde diese Methode schonender.“

## JETZT NOCH EIN BISSCHEN GEDULD

Das Steak kommt bei beiden Varianten vom Grill, wenn es die Kerntemperatur noch nicht ganz erreicht hat: Beim Rasten verteilen sich die Säfte wieder im Fleisch, nach fünf Minuten hat es den gewünschten Garpunkt erreicht. Dann geht's endlich ans Anschneiden und Genießen.



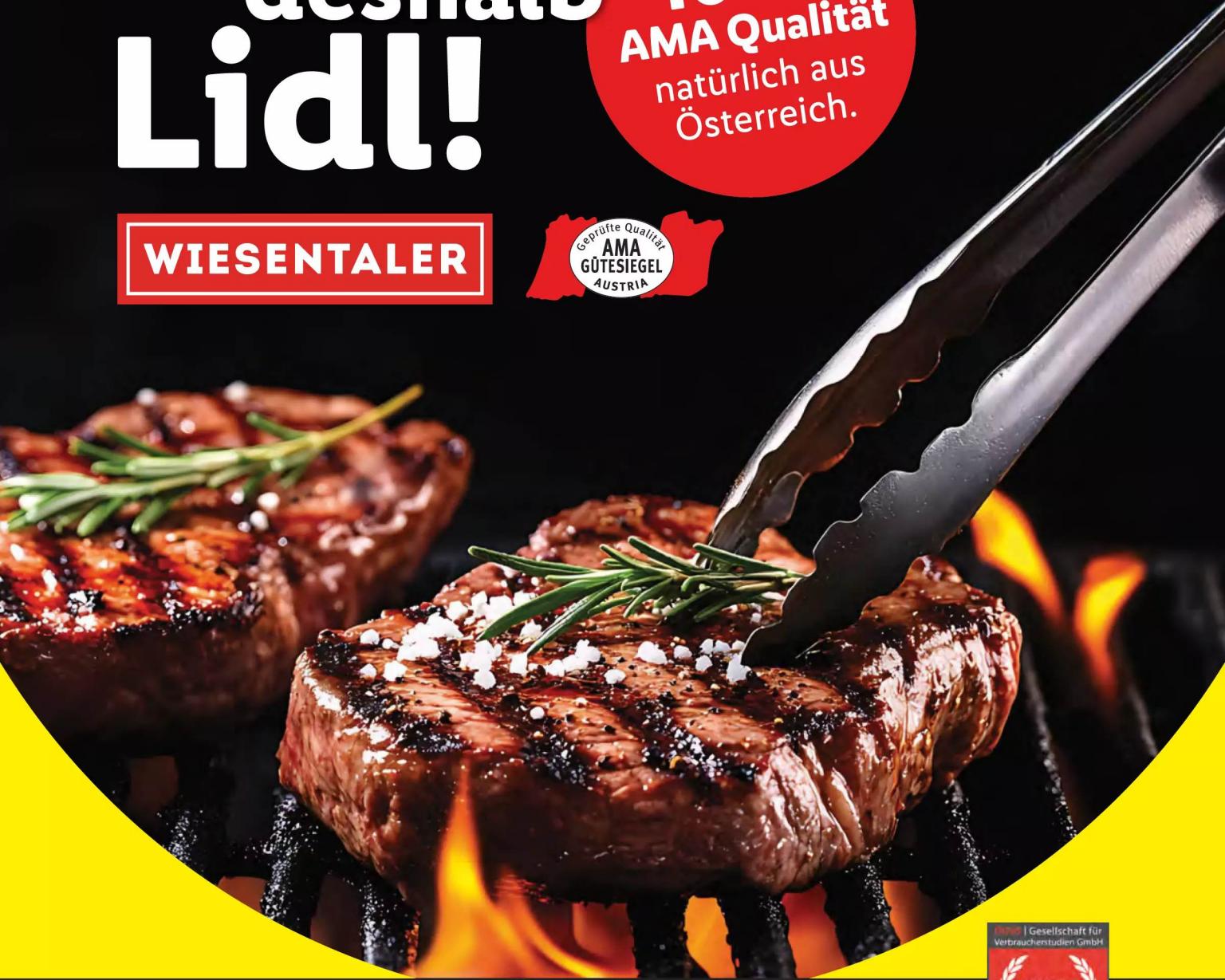
Lidl lohnt sich

# Genau deshalb **Lidl!**

**WIESENTALER**



100%  
AMA Qualität  
natürlich aus  
Österreich.



**WIESENTALER**

Rind, Schwein, Geflügel, Wurst.  
**100% österreichischer Geschmack.**



ÖAPG | Gesellschaft für  
Verbraucherstudien GmbH



BRANCHENMONITOR ÖSTERREICH

1. PLATZ

PREIS/LEISTUNG

LEbensmittel-DIScounter

Im Vergleich zu Lebensmittel-Discounter (Befragung Q3/2025), Indexwert 7931

trend.



Die Hochzeitsbäckerei hat im Burgenland große Tradition und ist der Grund dafür, dass burgenländische Backwaren in ganz Österreich geliebt werden – und das nicht nur auf Hochzeiten, sondern zu jedem großen und kleinen Anlass. Redakteurin Kerstin Grossbauer kommt aus dem Burgenland und verrät in GUSTO jeden Monat ein Familienrezept.

Rezept: Kerstin Grossbauer Fotos: Dieter Brasch

# Bananenschnitte

Oft wird hochgestapelt – doppelter Boden, ganze Bananen und viel Creme. Klassisch burgenländisch: einfaches Biskuit, in Scheiben geschnittene Bananen, darauf eine dünne Schicht Puddingcreme.

15 Stück **ZUBEREITUNG:** ca. 1 ½ Stunden **ZUM KÜHLEN:** ca. 2 Stunden

## BISKUIT

7 mittlere Eier  
200 g Staubzucker  
7 EL Mineralwasser  
140 g glattes Mehl

## PUDDINGCREME

700 ml Milch  
2 Pkg. Vanillepuddingpulver  
70 g Staubzucker  
150 g Butter

## BELAG

6 Bananen  
2 EL Marillenmarmelade

## GLASUR

150 g dunkle Kuvertüre  
50 g Butter  
1 EL Öl

- 1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, Backblech (35 x 30 cm) mit Backpapier belegen.
- 2 Für das Biskuit Eier trennen. Dotter mit Zucker und Wasser schaumig rühren. Eiklar zu Schnee schlagen. Mehl unter die Dottermasse heben, Schnee unterziehen. Teig gleichmäßig auf das Blech streichen und im Rohr (mittlere Schiene) ca. 20 Minuten backen. Biskuit herausnehmen und vollständig auskühlen lassen. Backpapier abziehen.
- 3 Für die Creme 500 ml von der Milch aufkochen. Restliche Milch mit Puddingpulver und Staubzucker glatt rühren. Mischung zügig in die heiße Milch gießen. Rühren, bis die Creme andickt. Creme etwas auskühlen lassen, dabei öfter umrühren, damit sich keine Haut bildet.
- 4 Inzwischen Butter schaumig rühren. Wenn der Pudding lauwarm ist, Butter einrühren. Creme mit Frischhaltefolie abdecken.
- 5 Bananen schälen und in 5 mm dicke Scheiben schneiden.
- 6 Biskuit mit Marmelade bestreichen, Bananenscheiben darauf verteilen. Creme gleichmäßig auf den Bananenscheiben verstreichen. Schnitte für ca. 2 Stunden kalt stellen.
- 7 Dunkle Kuvertüre und Butter über Wasserdampf schmelzen. Öl zugeben, Glasur glatt rühren. Glasur überkühlen lassen, auf der Schnitte verteilen und fest werden lassen.



Seit über zwei Jahren schlage ich meiner Chefredakteurin Monat für Monat diese Bananenschnitte vor, stets wurde sie in letzter Minute von einer anderen Köstlichkeit übertrumpft. Jetzt war es endlich so weit! Was dieses Mal den Ausschlag gegeben hat? Wir arbeiten an einer GUSTO-Edition mit all meinen burgenländischen Familienrezepten (große Vorfreude!). Da darf die Bananenschnitte als DER Klassiker schlechthin eben auf keinen Fall fehlen.

KERSTIN GROSSBAUER

## SO WIRD'S NOCH BESSER

### Hübsche Glasur

Schnitte ca. 15 Minuten vor dem Glasieren aus dem Kühlschrank nehmen, damit die Kuvertüre gleichmäßig verteilt werden kann. Alternative: Creme mit geraspelter dunkler Schokolade verzieren.

### WOW-Effekt

Für einen ausgeprägten und intensiven Bananengeschmack Creme mit Bananensaft oder -milch zubereiten.

### Trick 17

Bananenscheiben sehen länger frisch aus, wenn sie vorab mit 1 EL Zitronensaft beträufelt werden.

### Richtige Lagerung

Schnitte im Kühlschrank aufbewahren, damit sie frisch (ca. 2 Tage lang) und fest bleibt.

# Restaurantküche

Wirtshauskuchl





Wenn der Herd zu Hause kalt bleibt und wir uns im Restaurant verwöhnen lassen, stellt sich stets die Frage: Was ist das Beste auf der Karte und muss unbedingt bestellt werden? In unserer Rubrik „Restaurantküche“ liefern wir dafür die Antwort – und entlocken Gastronominen und Gastronomen als Gustostückerl das Rezept für jenes Gericht, das bei ihren Gästen besonders beliebt ist. Dieses Mal: das berühmte Mostviertler Mostbratl aus der Wirtshauskuchl.

Rezept: Lydia Maderthaner    Text: Susanne Jelinek  
Fotos: Daniela Adelberger-Schörghuber, Doris Schwarz-König

Als GUSTO die Wirtin Lydia Maderthaner 2023 zum ersten Mal interviewte, fiel ein Satz, der nachhaltig in Erinnerung geblieben ist: „Je künstlicher die Welt wird, desto mehr steigt das Bedürfnis nach dem Echten, auch in der Kulinarik.“ Was für eine treffende Aussage, die wunderbar auf den Punkt bringt, was die Gäste an der Wirtshauskuchl schätzen und sie stets wiederkommen lässt. Maderthaner ist es wichtig, dass man bei ihr das Handgemachte schmeckt – nichts ist standardisiert, gekocht wird mit Gefühl und auf das jeweilige Produkt eingehend. Auch in Sachen Kommunikation läuft es ähnlich: Alle sollen ganz offen miteinander reden. Ob im Dorfwirtshaus selbst, bei den Kochabenden in kleinem Rahmen, in ihrem Kochbuch „Meine Wirtshausküche“ oder auf ihrem Blog: Echt soll das Gesagte sein, so echt wie der



*Das Mostviertler Mostbratl, mit dem Maderthaner die Sendung „9 Plätze, 9 Schätze“ gewann, hat sich den Status als Signature Dish mehr als verdient.*

Geschmack. In dritter Generation wird der Familienbetrieb nun bereits geführt, an Maderthaners Seite ist Ehemann Karl, der als Gastgeber ganz nah an den Gästen dran ist. Was diese besonders gerne bestellen? Keine Diskussion: Lydia Maderthaners Mostviertler Mostbratl. 2019 gewann die Wirtin damit das ORF-Format „9 Plätze, 9 Schätze“, noch heute kommen Bratlfans aus dem ganzen Land, um das Gericht zu probieren. Den Namen „Signature Dish“ hat es sich somit mehr als verdient. Flaumige Erdäpfelknödel und warmer Speck-Krautsalat sind die herrlichen Begleiter des Bratls, je nach

Saison variieren die weiteren Beilagen. Im Sommer fällt die Wahl etwa auf Kohlrabi und Zuckerschoten, im Winter auf Steckrüben. Und jetzt, im Frühling? Da muss es grüner Spargel sein! Sowohl für das Bratl als auch für die Wirtshauskuchl selbst gilt übrigens: Zeitgerecht vorreservieren ist mehr als empfehlenswert.



Wirtshauskuchl  
Dorf 2, 3351 Weistrach  
Montag & Freitag 9–22 Uhr  
Donnerstag, Samstag & Sonntag 9–14 Uhr  
[wirtshauskuchl.com](http://wirtshauskuchl.com)



# Mostviertler Mostbratl

10 Portionen

1 Schopfbraten (ca. 4 kg, ohne Knochen, mit Schwarte)

500 ml Most

250 ml Wasser

#### BRATENSAUCE

200 g Zwiebeln

8 Scheiben Bauchspeck

200 g Karotten

Maisstärke

#### GEMÜSEGARNITUR

Im Frühling grüner Spargel,  
im Sommer Kohlrabi, im Winter  
gelbe Steckrüben

*Salz, Pfeffer, Kümmel,  
Knoblauchzehen (fein gehackt), Butter*

- 1 Vom Schopfbraten die Schwarte „schröpfen“ (einschneiden). Das Fleisch rundum salzen, pfeffern und mit Kümmel und fein gehacktem Knoblauch würzen. Mit der Schwarte nach oben in einen Bräter legen und mit Most und Wasser aufgießen.
- 2 Gut 4 Stunden bei 180 °C garen. Das Fett brät sich langsam aus dem Fleisch heraus, wenden ist nicht nötig, die Schwarte bleibt so knusprig. Temperatur und Flüssigkeitsstand jedoch regelmäßig kontrollieren und eventuell korrigieren (Wasser nachgießen – jedes Backrohr verhält sich unterschiedlich).
- 3 Für die Bratensauce Zwiebeln schälen und feinwürfelig schneiden. Speck in Streifen schneiden und mit den Zwiebeln dunkel anbraten. Karotten schälen, in Würfel schneiden, in etwas Wasser kurz weich kochen und damit die Speck-Zwiebel-Mischung ablöschen. Den Saft aus der Bratenrinne nach der Garzeit abseihen – das Fett abschöpfen und zur Speck-Zwiebel-Karotten-Basis geben. Die Bratensauce nach persönlicher Vorliebe noch mit etwas in Wasser angerührter Maisstärke zur gewünschten Konsistenz bringen (dazu die Sauce nochmals kurz aufkochen).
- 4 Das Gemüse für die Garnitur in etwas Salzwasser weich kochen und vor dem Servieren mit Butter und Salz abschmecken.  
— Dazu passen Erdäpfelknödel besonders gut.

#### TIPP

Das abgeschöpfte Bratfett lässt sich gut als Butter- oder Öl-Ersatz zum Kochen verwenden.

# BRUNCH MIT DEN GIRLS ODER FREIE ARZTWAHL?

Es gibt gute und bessere Entscheidungen.

Die private **Generali Krankenversicherung MedSTART – inklusive Kostenersatz für eine ärztliche Zweitmeinung – ab 55,17 € monatlich\*** ist immer die bessere Entscheidung!



[www.generali.at/medstart](http://www.generali.at/medstart)



\*Diese Mindestprämie gilt beispielhaft für eine 22-jährige versicherte Person, die ASVG-sozialversichert ist. Die Prämie für Generali MedSTART ist im Einzelfall abhängig von Alter und Gesundheitszustand und wird nach einer Gesundheitsprüfung berechnet. Mindestbindung 3 Jahre. Mehr über unser Angebot und die dafür geltenden Bedingungen erfahren Sie unter [www.generali.at/medstart](http://www.generali.at/medstart)



**GUSTO-Empfehlung**  
Noch mehr Lieblingsrezepte für jeden Tag rund um köstliche Gartenkräuter finden Sie in „Unsere kreative Kräuterküche“. **Hölker Verlag, € 30,90**

# Kräuterpower mit Stern

Michelin-Stern trifft auf feine Feder: Spitzenköchin Lisa Angermann und Kulinarikjournalistin Stefanie Hiekmann verbindet die Leidenschaft fürs Kochen und eine Vorliebe für alles Köstliche, das der Garten hergibt.

Fotos: Stefanie Hiekmann / Hölker Verlag, Thai Deiners  
Rezepte: Lisa Angermann, Stefanie Hiekmann

Alexander Herrmann hat erfolgreich gekuppelt: Der Starkoch stellte Lisa Angermann (die heutige Sterneköchin gewann 2017 in seinem Team „The Taste“) der Foodjournalistin Stefanie Hiekmann vor, die Hermann wiederum beim Kulinarikformat „Stadt, Land, Lecker“ kennen und schätzen gelernt hatte. Hermann bezeichnet sich selbst als größter Fan des Duos, das eben sein erstes Kochbuch herausgebracht hat. „Wenn sich eine leidenschaftliche Köchin mit grünem Daumen und eine brillante Journalistin und Kochbuchautorin zusammentun, kann das nur gut werden!“

Eines der Lieblingsthemen der beiden? Die Kräuter, die Angermann im Garten für ihr Leipziger Restaurant anbaut. „From garden to table“ ist das Prinzip im von Michelin mit einem Stern ausgezeichneten „Frieda“ – ein Ansatz, der in Europa immer populärer wird.

Die Möglichkeit, Exoten wie Kaffirlimette oder Shiso spontan im eigenen Garten pflücken zu können, fand Hiekmann ebenfalls spannend und ließ sich von Angermann zu einem Kräuterbeet inspirieren. Die gemeinsame Leidenschaft hat schließlich zu dem Buch „Unsere kreative Kräuterküche“ geführt, in dem die raffinierten Kreationen der Sterneköchin auf alltagstaugliche Rezepte der Kulinarikautorin treffen. Besonders gelungen sind auch die Gerichte, die die beiden zusammen kreiert haben. Abgerundet wird das Projekt durch viele Tipps für den Anbau von Kräutern. Dabei im Fokus: Der Aufwand muss sich in Grenzen halten. „Nein, ein Kräutergarten muss nicht irrsinnig aufwendig sein“, sagen die beiden. „Wir sind beide sehr pragmatisch an unsere Gärten herangegangen. Immerhin hält man Vorhaben, die überschaubar im Aufwand bleiben, viel besser durch.“ Auf den kommenden Seiten finden Sie drei Rezepte des Duos, die den Frühling feiern. Und wer keinen eigenen Kräutergarten hat? Der deckt sich eben ruhigen Gewissens auf dem Markt oder im Supermarkt ein.

# Frische Erbsen mit Zitronenverbene und Burrata

*Die Kombination Tomate und Burrata kennen und lieben alle, diese Variante ist perfekt, wenn es frische Erbsen gibt. Große Pflückglück-Garantie bieten übrigens selbst gezogene Erbsensprossen – gelingen auf jeder hellen Fensterbank und sehen unfassbar hübsch aus!*

4 Portionen

1 kg frische Erbsen mit Schote  
(alternativ: 300 g TK-Erbsen)

## KARAMELLISIERTE ZWIEBELN

1 kg grobes Meersalz  
(mehrfach verwendbar, siehe Tipp)  
4 Zwiebeln  
30 g Butter  
2 EL Zucker

## ERBSENFOND

250 ml Erbsensaft aus den Schalen  
(„Schummelfond“-Alternative für TK-Erbsen:  
100 g Erbsen plus 200 ml Gemüsesuppe)  
100 ml Olivenöl (alternativ  
Kräuteröl mit Zitronenverbene)  
3 EL Ahornsirup  
2 EL Zitronensaft  
1 TL geriebene Zitronenschale

## AUSSERDEM

4 Stück Burrata (je 125 g)  
1 Schale Erbsenkresse  
12 Zitronenverbene-Spitzen

Salz, Pfeffer

- 1 Backofen auf 180 °C vorheizen.
- 2 Für die karamellisierten Zwiebeln Meersalz 3 cm hoch in eine ofenfeste Form füllen. Ungeschälte Zwiebeln mit der Wurzelseite nach unten daraufsetzen. Im vorgeheizten Backofen für ca. 40 Minuten garen, bis aus den Zwiebeln kleine Blasen kommen.
- 3 Für den Erbsenfond die Erbsen aus den Schoten lösen und beiseitestellen. Schoten entsaften und den Saft durch ein feines Sieb passieren. Wer keinen Entsafter hat oder TK-Erbsen verwendet, mixt einen „Schummelfond“ aus pürierten Erbsen und Gemüsesuppe



– anschließend passieren. Alle Zutaten für den Erbsenfond in einem hohen Gefäß mit dem Stabmixer mixen, sodass der Fond durch das Öl gebunden wird.

- 4 Erbsen in kochendem Salzwasser 1–2 Minuten blanchieren und in Eiswasser abschrecken. In einer Schüssel mit dem Erbsenfond marinieren. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5 Zwiebeln aus dem Backofen nehmen, kurz auskühlen lassen. Die Schale vorsichtig entfernen und Zwiebeln quer halbieren. Butter in einer Pfanne schmelzen und Zucker zugeben. Zwiebelhälften mit der Schnittfläche

nach unten in die Pfanne setzen und die Schnittflächen bei mittlerer Hitze karamellisieren.

- 6 Je zwei Zwiebelhälften auf einem Teller anrichten, Burrata drauf- und die marinierten Erbsen darübergeben. Mit dem Erbsenfond angießen. Mit Erbsenkresse, Zitronenverbene und frisch gemahlenem Pfeffer garnieren.

## LISA ANGERMANNS TIPP

Das Salz können Sie wiederverwerten, um weiteres Gemüse auf Salz zu garen. Einfach abkühlen lassen und in einer Box aufbewahren.

## Kumpir-Kartoffeln mit Matjes-Kräuter-Salat

*Kumpir stammt ursprünglich aus der türkischen Küche und bezeichnet eine üppig mit Gemüse, Käse und Sauce gefüllte Ofenkartoffel. Hier wurde sie mit Matjes, frischem Schnittlauch, Apfel und Gurke variiert.*



4 Portionen

#### KUMPIR-KARTOFFELN

- 4 sehr große Kartoffeln (*je ca. 300–350 g*)  
4 EL Olivenöl  
4 EL Butter  
2 EL Crème fraîche  
200 g geriebener Käse (*z. B. Cheddar, Gouda oder Emmentaler*)

#### MATJES-KRÄUTER-SALAT

- 6 Matjesfilets  
2 Äpfel (*Granny Smith*)  
100 g Cornichons  
4 Frühlingszwiebeln  
80 g Schnittlauch  
200 g Sauerrahm  
100 g Mayonnaise  
Saft und Abrieb von 1 Bio-Zitrone  
2 EL Einlegesud von den Cornichons

#### AUSSERDEM

- 6–8 EL Lieblingskräuter (*z. B. Brunnenkresse, Schnittlauchblüten*)  
2 EL hauchdünne, rote Zwiebelstreifen

*Salz, Pfeffer*

- 1 Backofen auf 200 °C vorheizen.
- 2 Kartoffeln mit einer Gabel rundum mehrfach einstechen. Jede Kartoffel mit 1 EL Olivenöl bepinseln, mit Salz und Pfeffer bestreuen. Einzelnen in Alufolie einwickeln, auf den Gitterrost legen und 50–60 Min. im Backofen garen.
- 3 In der Zwischenzeit Matjes und Äpfel in kleine, gleich große Würfel schneiden. Cornichons und Frühlingszwiebeln in feine Ringe, den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Alles in eine Schüssel geben und mit Sauerrahm und Mayonnaise verrühren. Mit Zitronensaft und -abrieb, Einlegesud, Salz und Pfeffer würzen.
- 4 Fertig gegarte Kartoffeln aus der Folie wickeln und oben längs einschneiden, dabei nicht ganz durchtrennen. Das Kartoffellinnere mit einem Löffel herausschaben, dabei etwas Rand stehen lassen. Die heiße Kartoffelmasse in eine Schüssel geben und mit Butter, Crème fraîche und dem geriebenen Käse sorgfältig mischen, ggf. salzen und zurück in die Kartoffelschale füllen. Die gefüllten Kartoffeln ohne Alufolie auf einem Blech zurück in den Backofen geben und weitere 5–10 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen ist.
- 5 Die Kartoffeln auf Teller legen, zügig mit dem Matjes-salat füllen und mit den frischen Kräutern und den Zwiebelstreifen toppen.

#### LISA ANGERMANNS TIPP

Manche Matjesfilets schmecken mild, andere sehr salzig. In letzterem Fall die Filets unter kaltem Wasser abspülen, sodass das Gericht nicht versalzt.

SCHENKEL

DOSE AUF,  
AUGEN ZU

FEINE SARDINEN  
VON SCHENKEL



APPETIT AUF DIE WELT  
[SCHENKEL.AT](http://SCHENKEL.AT)

## Grüne Gemüse-Walnuss-Bolognese mit Lieblingspasta

*Knusprige Walnüsse, geröstete Pilze und Karfiolröschen ergeben einen verblüffend echten „Faschierten-Mix“, der perfekt mit einem Lieblingskräuter-Pesto harmoniert. Ganz wichtig: Parmesan nicht vergessen!*



SEIT 1889  
**Recheis**

4 Portionen

1 kleiner Karfiol (ca. 350 g)  
120 g Walnüsse  
300 g weiße Champignons  
3 EL Olivenöl  
500 g Lieblingspasta  
1 weiße Zwiebel  
2 Zucchini  
50 g kleine Kapern (eingelegt)  
5 EL Basilikum-Pesto (siehe unten)  
3 Handvoll Babyblattspinat (alternativ: 100 g TK-Blattspinat)  
50 g Petersilie  
70 g gehobelter Parmesan

Salz, Pfeffer

- 1 Backofen auf 180 °C vorheizen.
- 2 Karfiol, Walnüsse und Champignons nacheinander in einem Multi-Zerkleinerer in kurzen Intervallen etwa erbsengroß zerkleinern. Darauf achten, dass die Zutaten nicht püriert werden. Alles zusammen auf ein Backblech geben, mit Salz und 2 EL vom Olivenöl vermengen. 30 Minuten im vorgeheizten Backofen rösten, dabei gelegentlich umrühren.
- 3 Pasta nach Packungsanleitung al dente kochen.
- 4 In einer Pfanne restliches Olivenöl erhitzen. Zwiebel fein würfeln und darin goldgelb andünsten. Das geröstete Gemüse-Nuss-„Faschierte“ zufügen und für 2–3 Minuten anschwitzen.
- 5 Zucchini fein würfeln, die Kapern hacken. Beides mit dem Pesto in die Pfanne geben. Je nach Konsistenz der Sauce 1–2 Schöpfer heißes Pastawasser zur Sauce geben, diese sollte sämig sein. Die fertig gegarte Pasta zufügen, alles 1 Minuten zusammen erwärmen, sodass sich das Ragout und die Pasta verbinden. Zum Schluss Babyblattspinat, grob geschnittene Petersilie und 2 EL Parmesanhobel unterheben. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 6 Auf Schalen verteilen und mit dem restlichen Parmesan bestreuen.

#### STEFANIE HIEKMANNS TIPP

Die Kräuter können Sie in diesem Rezept gern variieren: Wildkräuter, Rucola, Basilikum, Oregano und Fenchel passen ebenfalls wunderbar!

#### SELBSTGEMACHTES BASILIKUM-PESTO

250 g Basilikum, 550 ml Olivenöl, 100 g geröstete Pinienkerne, 120 g geriebener Parmesan, 15 g Salz und 1 TL abgeriebene Zitronenschale glatt mixen. Reste gekühlt aufbewahren.

# Österreichische Nudelkultur seit 1889.



Gemeinsam genießen,  
da bin i daheim.

Mit Recheis gelingen Österreichs liebste Nudelgerichte so, wie sie uns am besten schmecken. Für gemeinsame Genussmomente, die im Herzen bleiben.

Recheis. Da bin i daheim.

# RHABARBER-PAVLOVA

Der  
WOW  
Effekt

Jeden Monat stellen wir Ihnen ein Rezept vor, das Ihre Gäste optisch zum Staunen und geschmacklich zum Schwärmen bringt. Gut vorzubereiten, ein Hingucker und unheimlich köstlich – eben WOW. Dieses Mal der Garant für leuchtende Augen am Tisch: Pavlova!

Rezept: Charlotte Cerny Fotos: Barbara Ster

6 Portionen

**ZUBEREITUNG:** ca. 2 Stunden

**ZUM AUSKÜHLEN:** ca. 4 Stunden

#### MERINGUE

4 große Eiklar

200 g Feinkristallzucker

1 TL Weißweinessig

1 TL Maisstärke

#### CREME

250 ml Schlagobers

200 g griechisches Joghurt

1 Pkg. Vanillezucker

#### BELAG

250 g Rhabarberkompost (siehe Rezept rechts)

100 g Himbeeren

1 Zweig Minze

2 EL weiße Schokospäne

- 1 Rohr auf 150 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Backblech mit Backpapier belegen.
- 2 Für die Meringue Eiklar mixen, teelöffelweise den Zucker zugeben und die Masse zu festem, glänzendem Schnee schlagen. Essig und Stärke unterheben. Masse rechteckig (ca. 20 x 25 cm) auf dem Backpapier verstreichen.
- 3 Temperatur auf 110 °C reduzieren und die Pavlova ca. 1 ½ Stunden backen (mittlere Schiene). Rohr ausschalten und die Pavlova darin auskühlen lassen.
- 4 Für die Creme Obers cremig mixen. Joghurt und Vanillezucker untermischen.
- 5 Pavlova mit der Creme bestreichen, Rhabarberkompost, Himbeeren, Minzeblättchen und Schokospäne darauf verteilen.

#### Rhabarberkompost

2 Gläser (Inhalt je ca. 700 ml)

**ZUBEREITUNG:** ca. 40 Minuten

1 kg Rhabarber

Je 1 TL Bio-Orangen- und Zitronenschale

Saft von 2 Bio-Orangen

Saft von ½ Bio-Zitrone

150 g Feinkristallzucker

Mark von 1 Vanilleschote

4 Kardamomkapseln



Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rhabarber putzen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Mit Zitrusschalen und -saft, Zucker, Vanillemark und Kardamom in einer Form verteilen. Im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 30 Minuten backen. Kompost noch heiß in Gläser füllen und verschließen.



Noch mehr Pavlova-Rezepte:  
[GUSTO.at/pavlovas](http://GUSTO.at/pavlovas)



# Spargel aus dem Backrohr

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

Dieses Mal verraten sie ihre liebsten Ofenrezepte mit Spargel.

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

## Weißer Ofenspargel mit Tahina-Sauce

*Diese Sauce ist viel unkomplizierter (und gelingsicherer) als der Spargel-Klassiker Hollandaise.*



Jahrelang kam bei mir nur grüner Spargel auf den Teller – bis sich vor etwa drei Jahren alles änderte. Weißer Spargel war plötzlich ständig in meinem Einkaufskorb. Der Gamechanger? Die Erkenntnis, dass man ihn nicht kochen oder dämpfen muss. Einfach ab ins Rohr – und heraus kommt purer (noch besserer) Spargelschmack. Ab da war's um mich geschehen. Auch bei der Sauce gab es eine Wende. Als langjährige Hollandaise-Anhängerin hatte ich mich daran sattgetragen und suchte nach einem neuen Begleiter. Gefunden habe ich diese cremige Alternative: mit traumhafter Konsistenz, blitzschnell mit der Hand angerührt und absolut gelingsicher.

— Melisa Hadzic

4 Portionen

**ZUBEREITUNG:**  
ca. 1 Stunde

1 kg weißer Spargel  
1 kräftige Prise Kristallzucker  
1 kräftige Prise Salz  
30 g Butter

### SAUCE

100 g Tahina  
Saft von 1 Zitrone  
60 ml Wasser  
2 EL Joghurt (3,6 % Fett)  
1 Knoblauchzehe (zerdrückt)  
2 EL Ahornsirup

*Öl (für die Form), Salz, Granatapfelerne, Pinienkerne (geröstet), Koriander (abgezupft)*

### TIPP

Der Koriander sorgt für Frische und hebt den Geschmack der Sauce. Alternativ kann Petersilie verwendet werden.

1 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Spargel gründlich schälen, die Enden (ca. 2 cm) wegschneiden. Boden einer Backform mit Öl ausstreichen.

2 Spargel in die Form legen, mit Zucker und Salz würzen und grob durchmischen. Kleine Butterflocken auf dem Spargel verteilen und je nach Dicke ca. 20 Minuten im Rohr (mittlere Schiene) backen. Mit einer Messerspitze testen, ob der Spargel weich ist und Backzeit gegebenenfalls verlängern. Für eine kräftige Farbe Rohr auf Grillfunktion stellen und 2 Minuten unter Aufsicht grillen.

3 Währenddessen für die Sauce Tahina, Zitronensaft und Wasser vermischen. Die Sauce klumpt zuerst etwas, wird dann aber geschmeidig. Joghurt, Knoblauch und Ahornsirup unterrühren. Mit Salz abschmecken. Sollte die Sauce zu dick sein, etwas Wasser unterrühren.

4 Spargel mit der Sauce anrichten, mit Granatapfelerne, Pinienkernen und Koriander bestreuen.

### WEINTIPP

Ein eleganter Weißburgunder mit fein-nussigen Noten gibt den entscheidenden Schliff.





# Spargel-Cannelloni mit Selchfleisch

*Auch gut geeignet, um übrig gebliebenen Osterschinken aufzubrauchen!*

Endlich ist der Frühling da und mit ihm die langersehnte Spargelzeit. Mir hat es besonders der grüne Spargel angetan. Ich finde, sein zarter, frischer Geschmack harmoniert perfekt mit den kräftigen Noten von Selchfleisch. Ich vereine die beiden deshalb gerne in einem meiner Lieblingsgerichte: Spargel-Cannelloni. Was dieses Rezept so besonders macht? Seine Vielseitigkeit! Je nachdem, was der Kühlschrank gerade hergibt, lässt sich der Guss abwandeln. Ob mit Crème fraîche, Feta, mildem Gouda oder würzigem Bergkäse – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

— Kerstin Grossbauer

## WEINTIPP

Ein kräftiger Grüner Veltliner aus Niederösterreich hält mit den herzhaften Aromen Schritt.



4 Portionen

**ZUBEREITUNG:**  
ca. 1 Stunde

30 Stangen grüner

Spargel (*ca. 1 kg*)

1 EL Pflanzenöl

10 Lasagneblätter

10 g Schnittlauch

80 g Selchfleisch (*oder Osterschinken*,  
*siehe Tipps*)

150 g Ricotta

150 g Sauerrahm

200 g Cottage Cheese

150 ml Milch

Schale von  $\frac{1}{2}$  Bio-Zitrone (*abgerieben*)

2 mittlere Eier

90 g Parmesan (*gerieben*)

*Salz, Pfeffer, Pflanzenöl*

## TIPPS

- Besonders g'schmackig wird es, wenn man Reste vom Osterschinken fein würfelig schneidet und in den Guss mischt.
- Toppingvariante: Rollen vor dem Backen mit 50 g Schafkäse bestreuen.

**1** Spargel im unteren Drittel schälen, holzige Enden abschneiden. Mit Öl beträufeln, salzen und pfeffern.

**2** Wasser in einem Topf aufkochen. Lasagneblätter darin kochen, bis sie formbar werden. Herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken, auf beiden Seiten mit Öl beträufeln und nebeneinander auf ein Brett legen.

**3** Rohr auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Form (35 x 22 cm) mit Öl ausstreichen. Schnittlauch in feine Röllchen, Selchfleisch in feine Würfel schneiden.

**4** Ricotta, Rahm, Cottage Cheese, Milch, Zitronenschale, Eier und die Hälfte vom Parmesan fein mixen. Selchfleisch unterrühren. Sauce salzen und pfeffern und die Hälfte davon in die Form füllen.

**5** 3 Spargelstangen in einem Lasagneblatt straff einwickeln. Rolle mit der Naht nach unten in die Form legen. Vorgang mit restlichem Spargel und Lasagneblättern wiederholen. Rollen mit übriger Sauce übergießen und mit restlichem Parmesan bestreuen.

**6** Cannelloni im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 35 Minuten goldbraun überbacken. Herausnehmen und mit Schnittlauch bestreut servieren.

— *Dazu passt Blattsalat.*

# Miso-Honighühnchen mit grünem Spargel vom Blech

*Lässt sich auch wunderbar im Airfryer zubereiten.*

Spargel wird bei mir nur selten in Wasser gegart, sondern lieber gebraten – in der Pfanne, im Airfryer oder im Backrohr. Dieses unkomplizierte Blech-Gericht ist dabei einer meiner Lieblinge, weil man kaum Kochgeschirr braucht und sich die Spargel- und Huhnreste am nächsten Tag fantastisch mit Reis kombiniert als Bowl machen. Die Marinade bereite ich häufig schon im Voraus zu (manchmal sogar Tage zuvor), dann steht das Ganze noch flotter am Tisch. Außerhalb der Spargelsaison greife ich übrigens gerne zu wildem Brokkoli.

— Susanne Jelinek



4 Portionen

**ZUBEREITUNG:**  
ca. 1 Stunde

800 g ausgelöste  
Hühner-Oberkeulen  
500 g Spargel  
300 g Mini-Erdäpfel  
2 EL Pflanzenöl  
1 TL Meersalzflocken  
1 EL Sesam  
1 Handvoll Koriander (*optional*)

#### MARINADE

10 g Ingwer  
3 Knoblauchzehen  
 $\frac{1}{2}$  Limette  
3 EL helles Miso  
3 EL Sojasauce  
3 EL Honig  
1 EL Reisessig  
1 EL Pflanzenöl  
1 EL Wasser  
3 Spritzer Tabasco (*alternativ Chilisauce nach Geschmack*)

- 1 Ingwer und Knoblauch schälen. Ingwer reiben, Knoblauch pressen. Limette auspressen. Mit den restlichen Zutaten der Marinade verrühren.
- 2 Keulen mit der Hälfte der Marinade übergießen, leicht einmassieren, abdecken und gekühlt 20 Minuten marinieren lassen. Übrige Marinade zum Servieren beiseitestellen.
- 3 Rohr auf 200 °C Ober-/Unterhitze aufheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen.
- 4 Holzige Enden des Spargels abschneiden. Erdäpfel in schmale Spalten schneiden. Jeweils mit der Hälfte des Öls und der Meersalzflocken vermischen. Erdäpfel auf der Hälfte eines Blechs verteilen und im Rohr (mittlere Schiene) backen. Nach 10 Minuten Spargel auf der leeren Hälfte des Blechs verteilen und weiterbacken, bis Erdäpfel und Spargel gar sind.
- 5 Keulen aus der Marinade heben (Marinade zum Bepinseln aufheben) und mit der Oberseite nach unten auf dem zweiten Blech verteilen. Blech mit dem Huhn unter das Spargel-/Erdäpfelblech schieben. Ca. 30 Minuten backen. Nach der Hälfte der Zeit Position der Bleche wechseln, Huhn wenden und mit der aufgehobenen Marinade bepinseln. Am Ende der Bratzeit Grillfunktion einschalten und das Huhn unter Beobachtung braten, bis es knusprige Stellen hat (ca. 2 Minuten).
- 6 Anrichten, mit Sesam und evtl. Koriander bestreuen. Die restliche Hälfte der Marinade zum Beträufeln dazureichen.

#### TIPPS

- Der Spargel kann, wenn Sie eher dünne Stangen verwenden, schon früher fertig sein. Am besten nach 15 Minuten mit einer Gabel testen.
- Das Gericht eignet sich dafür, die einzelnen Bestandteile im Airfryer zuzubereiten. Die Zubereitungszeit minimiert sich dabei – die Erdäpfel sind etwa in 15 Minuten fertig, der Spargel in 10 Minuten und das Huhn in 20 Minuten.

#### WEINTIPP

Dazu passt ein gut gebauter, nicht zu junger Sauvignon Blanc aus der Steiermark.



# NICHT OHNE ...

## *Erdnussbutter-Chili-Nudeln*

Welches Rezept begleitet Sie durchs Leben? GUSTO hat mit Kevin Ilse, dem neuen Mitveranstalter des Austrian Food Blog Awards AFBA, über das eine besondere Gericht gesprochen, das in seinem Leben eine Sonderstellung einnimmt.

Rezept & Fotos: Kevin Ilse   Protokoll: Susanne Jelinek

„Das eine Rezept, das mich schon seit meiner Kindheit begleitet und mich auch immer sofort wieder dorthin versetzt, ist ja eigentlich das Rezept für die Apfelschlängerl meiner Oma. Es gibt allerdings ein Alltagsgericht, das in den letzten Jahren zu einem so omnipräsenten Go-to-Essen geworden ist, dass es sich den Titel „Lebensrezept“ ebenfalls mehr als verdient hat: meine Erdnussbutter-Chili-Nudeln. Ich würde sogar sagen: für meinen Mann und mich ein absoluter Lifesaver.“

Als Vater von zwei Töchtern mit drei und sechs Jahren gibt es regelmäßig (wem mache ich was vor, im Grunde ständig) Momente, in denen es essenstechnisch ultraschnell gehen muss. Wenn die Mädels schon durch etwas anderes satt sind, sind die Nudeln das perfekte Eltern-Essen. Warum? Weil sie in zehn Minuten fertig sind und sogar nach einem Urlaub, wenn der Kühlschrank völlig leer ist, alles dafür zu Hause ist. Und natürlich weil es so arg gut schmeckt und man sich daran eigentlich nicht sattessen kann. Ich mag zudem, dass das Ganze so abwechslungsreich ist. Manchmal kuche ich bei den Nudeln Edamame mit oder röste schnell Brokkoli dazu an. Im Grunde sind die Nudeln eine super Basis, die man dann mit Gemüse, Tofu oder ähnlichem auffetten kann.

Mit unserer Vorliebe für das Gericht stehen wir nicht allein da: Es war eines der ersten Videos, mit denen ich auf Instagram viral gegangen bin, und noch heute bekomme ich von Follower:innen immer wieder Feedback dazu. Vor kurzem habe ich erfahren, dass es auch im erweiterten Freundeskreis bei vielen zu einem Standardgericht geworden ist.

Mein Mann und ich müssen oft gar nicht viel reden: Wir schauen uns an und wissen, jetzt ist es Zeit für die Chili-Nudeln. Unlängst hat übrigens unsere älteste Tochter zum ersten Mal eingefordert, dass sie die Nudeln auch probieren möchte, weil sie wissen wollte, was wir da immer zu zweit essen. Ich habe die Sauce für sie mit viel weniger Chili gemacht, weil sie darauf recht sensibel reagiert. Da sie so oft mit mir mitkocht und viel kostet, hat sie einen sehr feinen Gaumen, richtig Scharfes mag sie allerdings noch nicht so gerne. Sie hat unsere Nudeln okay gefunden, aber an ihr Lieblingsgericht, das wir seit etwa einem halben Jahr wöchentlich machen müssen, kommt es natürlich nicht ran: Spaghetti aglio e olio. Oder wie sie es nennt: ihre scharfe Nudeln! ☺



Zur Person

### KEVIN ILSE

Der frühere Journalist hat sich im letzten Jahrzehnt mit seinem Blog „The Stepford Husband“ einen Namen in der Foodszene gemacht. Mittlerweile arbeitet er als Fotograf (etwa für das Kochbuch von Dominik Süss, das wir im April-GUSTO vorgestellt haben) und Content-Producer für angesagte Marken und Magazine. Vor kurzem wurde bekannt, dass er mit seinem Geschäftspartner Andreas Frießnegg die Organisation des AFBA übernommen hat (*siehe auch S. 8*). Ilse lebt mit seiner Familie in Wien. Mehr auf [blog.thestepfordhusband.at](http://blog.thestepfordhusband.at).

---

## 10-MINUTEN-ERDNUSSBUTTER-CHILI-NUDELN

2 Portionen

**ZUBEREITUNG:** 10 Minuten

250 g Lieblingspasta  
(z.B. breite Bandnudeln)  
2 Knoblauchzehen  
60 ml Rapsöl (alternativ andere pflanzliche, hoch erhitzbare Öle)  
1–2 TL Chiliflocken  
2 TL Ingwer (fein gehackt)  
2 Schuss Sojasauce  
2 TL cremige Erdnussbutter  
2 fein gehackte Jungzwiebeln

---

Salz

### ALTERNATIVEN

Wer möchte, kann für etwas Crunch gehackte, gesalzene Erdnüsse oder Röstzwiebel darüber streuen. Korianderblätter passen ebenfalls großartig.



- 1 Pasta in kochendem Salzwasser al dente kochen.
- 2 Währenddessen Knoblauch schälen und hacken. Öl sehr hoch erhitzen. Knoblauch, Chiliflocken und Ingwer in einer Schale mit dem heißen Öl übergießen. Sojasauce und Erdnussbutter unterrühren.
- 3 Jungzwiebeln in feine Ringe schneiden.
- 4 Pasta abgießen, unter die Sauce mischen, auf 2 Schalen verteilen und mit Jungzwiebelringen bestreuen.



# Gasthaus trifft Sterneküche

Kreatives und Bodenständiges, Modernes und Traditionelles: In der Küche von Sascha Stemberg hat beides auf authentische Art einen fixen Platz. Nun teilt er seine besten Rezepte für zuhause.

Fotos: Mario Stockhausen / DK Verlag Rezepte: Sascha Stemberg

Wie soll man die Küchenlinie von Sascha Stemberg am besten beschreiben? „Mein Geheimnis ist, der Blutwurst bei der Zubereitung die gleiche Liebe zu schenken wie dem Hummer“, bringt es der Sternekoch gleich selbst wunderbar auf den Punkt. Traditionreich und heimatverbunden legt er seine Gerichte an, dabei dürfen Weltoffenheit und Kreativität aber nicht zu kurz kommen.

Der Küchenchef im Haus Stemberg, einem Familienbetrieb in fünfter Generation, beheimatet in Velbert, orientiert sich am Grundsatz „Zwei Küchen von einem Herd“. Ganz bewusst werden klassische Gasthaus-Gerichte mit Elementen der gehobenen Küche in Verbindung gebracht. „Wir sind ein wenig die eierlegende Wollmilchsau der Küche“, so Stemberg. „Bei uns gibt es Kaviar und Kaisergranat, aber auch Perlgrauen-Suppe und Wiener Schnitzel.“ Und das nicht in getrennten Räumlichkeiten, sondern in einem Raum und auf einer Speisekarte. „Jeder kann und soll bei uns essen, was er will – es gibt keine Regeln.“

Ein Wohnzimmer, in dem man sich als Gast wohlfühlen kann, soll das Restaurant sein. In den 1990er Jahren sei er für dieses Konzept noch belächelt worden – lange her und kaum mehr vorstellbar. Heute wird Stemberg für diesen Ansatz eher gefeiert, etwa mit drei Hauben von Gault&Millau und seit elf Jahren mit einem Michelinster. Dazu trägt auch sein Qualitätsfokus bei: Egal, welche Küche gekocht wird, Stemberg will immer nah am Produkt sein, und dieses muss hervorragend sein. Seine idealen Gäste hat der Sternekoch auch ganz klar

definiert: „Genussküchte Menschen, die Spaß am Essen und Trinken haben – die sind bei uns immer genau richtig.“ Und wer es nicht ins Haus Stemberg schafft, für den hat er nun ein Kochbuch mit über 80 Rezepten aus seiner Küche veröffentlicht. Wir dürfen Ihnen vier davon, die die Harmonie der beiden kulinarischen Welten perfekt widerspiegeln, auf den kommenden Seiten vorstellen.

*„Mein Geheimnis ist, der Blutwurst bei der Zubereitung die gleiche Liebe zu schenken wie dem Hummer.“*

SASCHA STEMBERG

## GUSTO-Empfehlung

In „Stemberg“ finden sich über 80 Rezepte des Sternekochs aus seinem Haus Stemberg  
Dorling Kindersley, € 30,80



# Gebezter Saibling im Buttermilchsud

Der Saibling aus kristallklaren Alpenbächen wird sanft gebeizt und in einem saftigen Buttermilchsud serviert.

4 Portionen

## SAIBLING

2 Saiblingsfilets (nur das Mittelstück; ohne Haut und Gräten)  
3 Stängel Petersilie  
3 Stängel Dill  
½ TL Korianderkörner  
100 g Meersalz  
80 g brauner Zucker  
Abrieb von 1 Bio-Zitrone &  
1 Bio-Limette  
1 Spritzer Gin

## BUTTERMILCHSUD

150 g Buttermilch  
1 Spritzer Limettensaft  
Meersalz

## AUSSERDEM

75 ml Schnittlauchöl (siehe Rezept)



1 Saibling waschen und trocken tupfen, das vordere und hintere Stück jeweils abschneiden (z. B. für ein Tatar verwenden). Die Filets auf der Hautseite nebeneinander in eine Auflaufform setzen.

2 Für die Beize Kräuter waschen, trocken tupfen, Blätter bzw. Spitzen abzupfen und fein hacken. Korianderkörner im Mörser fein zermahlen und mit Meersalz und braunem Zucker mischen. Zitronen- und Limettenabrieb, gehackte Kräuter sowie Gin gründlich untermischen.

3 Die Beize auf der Grätenseite der Saiblingstücke verteilen, leicht andrücken und den Fisch im Kühl schrank, mit Frischhaltefolie abgedeckt, 1-2 Stunden beizen. Nicht länger beizen, damit der Fisch seinen Eigengeschmack behält.

4 Für den Sud Buttermilch mit Limettensaft und Salz abschmecken. Mit einem Löffel das Schnittlauchöl vorsichtig unterheben, sodass sich grüne Tropfen an der Oberfläche bilden.

5 Zum Servieren den Saibling unter fließendem Wasser von der Beize befreien, trocken tupfen und in schöne Tranchen schneiden. Mit dem Buttermilchsud auf Tellern anrichten.

## TIPP

Wer will, kann den gebeizten Saibling noch mit jungem Friséosalat oder Wiesenkräutern wie beispielsweise Dill, Kerbel, Schafgarbe, Taubnessel oder Vogelmiere sowie essbaren Blüten nach Saison garnieren.

## SCHNITTLAUCHÖL

Ergibt etwa 350 ml

200 g Schnittlauch  
50 g Blattspinat  
400 ml Traubenkernöl

Schnittlauch waschen, trocken tupfen und grob schneiden. Spinat verlesen,

waschen und trocken schleudern, dabei grobe Stiele entfernen. Schnittlauch und Spinat mit dem Öl im Mixer fein pürieren. In einem breiten Topf bei starker Hitze unter Rühren 1-2 Minuten kochen. Dabei kann man gut erkennen, wie die Farbe sich intensiviert und sich das Öl abtrennt. Die Masse sofort durch ein feines Sieb oder ein Passiertuch gießen und in einer Schüssel auf Eiswasser auffangen. So bleibt die Farbe beim Abkühlen erhalten. Schnittlauch und Spinat entfernen. Öl in einen Einwegspritzbeutel füllen, diesen mit Klebeband verschließen und am besten aufhängen (z. B. mit Klebeband an die Kacheln in der Küche hängen). Nach 2-3 Stunden hat sich das Öl oben auf dem Wasser abgesetzt. Den Beutel noch hängend unten minimal aufschneiden und das abgetrennte Wasser zwischen Daumen und Zeigefinger vorsichtig ablaufen lassen. Das restliche grüne Kräuteröl in Gläsern kühl aufbewahren, es ist etwa 3 Wochen haltbar.



4 Portionen

#### RAHM KOHLRABI

1 großer oder 2 kleine Kohlrabi  
60 g Butter  
1 TL brauner Zucker  
100 ml Weißwein  
250 g Schlagobers  
250 ml Gemüsesuppe  
etwas Speisestärke zum  
Binden (*nach Belieben*)  
Saft von ½ Zitrone  
2 EL feine Schnittlauchröllchen

#### SCHALOTTEN

6 Schalotten  
1 EL Butter  
1 EL brauner Zucker  
100 ml roter Portwein  
300 ml Rotwein

#### KALBSLAIBCHEN

1 Schalotte  
1 Ei  
120 g Schlagobers  
1 TL mittelscharfer Senf  
1 EL Worcestersauce

70 g Semmelbrösel

500 g Kalbsfaschiertes  
(fein durchgedreht; beim  
Fleischer vorbestellen)  
2 EL gehackte Petersilie  
1 EL feine Schnittlauchröllchen  
150 g Butterschmalz

#### AUSSERDEM

4 EL geröstete Brotcroûtons  
12 Schnittlauchspitzen (etwa 5 cm lang)

*Salz, Pfeffer*

## Kalbslaibchen mit Schalotten und Rahmkohlrabi

- 1 Kohlrabi putzen, schälen und in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Butter in einem Topf bei mittlerer Hitze zerlassen und Kohlrabiwürfel darin farblos glasieren. Mit braunem Zucker karamellisieren, mit Wein ablöschen und mit Obers und Suppe auffüllen, leicht salzen. Kohlrabi offen bei schwacher Hitze 10 bis 15 Minuten bissfest garen. Dann nach Belieben mit etwas in kaltem Wasser angerührter Stärke leicht binden und mit Zitronensaft und Salz abschmecken, warm halten.
- 2 Schalotten schälen, halbieren und jede Hälfte dritteln. Butter in einem Topf zerlassen und Schalotten darin anschwitzen. Nach etwa 5 Minuten mit braunem Zucker karamellisieren, mit Port- und Rotwein ablöschen und bei schwacher Hitze so lange einkochen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Mit Salz abschmecken und warm halten.
- 3 Für die Kalbslaibchen Schalotte schälen und in sehr feine Würfel schneiden. Ei mit Obers, Senf, Salz, Pfeffer und Worcestersauce glatt verrühren. Semmelbrösel und Schalotten einrühren, dann Faschiertes, Petersilie und Schnittlauch vermengen, sodass eine glatte Masse entsteht.
- 4 Aus der Masse eine kleine Bratprobe formen und in einer Pfanne in wenig Butterschmalz braten, dabei die Masse auf Konsistenz und Geschmack prüfen. Danach aus der Masse 12 kleine Laibchen formen und im Butterschmalz bei mittlerer Hitze mit schöner Farbe ausbraten.
- 5 Zum Servieren Rahmkohlrabi nochmals erhitzen und Schnittlauch unterziehen, Schalotten ebenfalls erhitzen. Kohlrabi auf Tellern mittig anrichten, die Laibchen daraufsetzen und mit Schalotten garnieren. Zuletzt mit Croûtons bestreuen und die Schnittlauchspitzen anlegen.

### TIPP

Um ein feineres Laibchen zu erhalten, kommt hier nicht in Wasser eingeweichtes, altpackenes Brot in die faschierte Masse. Stattdessen macht die Kombination aus Semmelbröseln und Obers die Laibchen leicht und elegant. Das Faschierte möglichst fein durchgedreht kaufen!

# KITCHEN IMPOSSIBLE



Wer erobert den  
**Koch-Olymp?**

**R T L +**

vorab streamen  
**ab 20.04.**

**VOX**

Sonntag 20:15  
**ab 27.04.**

# Fish & Chips von der Seeforelle

Ein britischer Klassiker neu gedacht: Das feste, weiße Fleisch der Seeforelle wird in einem luftigen Bierteig ausgebacken. Die knusprigen Chips werden mit rauchigem Paprikapulver gewürzt. Die hausgemachte Sauce tartare macht das Gericht perfekt.

4 Portionen

## CHIPS

800 g mehligkochende Kartoffeln

1,5 l Sonnenblumenöl zum Frittieren  
mild geräuchertes Paprikapulver

## FISCH

1 Ei

280 ml Bier (*hell*)

240 g Mehl (*Type W 480*)

2 TL Backpulver

1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren  
(*ersatzweise im Fett der Chips arbeiten*)

600 g Seeforellenfilets (*ohne Haut und Gräten*)

Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone

Mehl zum Bestäuben

## AUSSERDEM

250 g Sauce tartare (*siehe Rezept*)

—

Salz

1 Für die Chips Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 1 cm dicke, längliche Stäbchen schneiden. Das Fett erst bei mittlerer Hitze auf etwa 120 °C (Speisethermometer) erhitzen und Kartoffeln darin in 2–3 Portionen jeweils etwa

8 Minuten vorfrittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.  
2 Das Fett auf etwa 175 °C erhitzen und darin nochmals etwa 3 Minuten knusprig ausbacken. Herausnehmen und erneut auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Sofort in einer Schüssel unter ständiger Bewegung mit Salz und einem Hauch Paprikapulver würzen.

3 Für den Fisch Ei mit Bier in einer Rührschüssel mit einem Schneebesen glatt verrühren. Mehl und Backpulver langsam unter Rühren hinzufügen, bis ein glatter Teig entstanden ist. Mit Salz abschmecken und abgedeckt etwa 30 Minuten ruhen lassen.



4 Zum Ausbacken das Sonnenblumenöl in einem ausreichend großen Topf auf 160–170 °C erhitzen.

5 Forellenfilets in Stücke (à 6–8 cm) schneiden, waschen, trocken tupfen, mit etwas Salz und Zitronensaft würzen. Fischstücke mehlieren, durch den Teig ziehen, kurz abtropfen lassen. Im Fett goldgelb ausbacken. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen. Nochmals leicht salzen.

6 Zum Servieren den Fisch noch heiß mit Chips und Sauce tartare anrichten.

## SAUCE TARTARE

Ergibt etwa 300 g

200 g Mayonnaise

3 EL Gewürzgurkensud

1 TL Dijon-Senf

2 EL Kapern

3 eingelegte Sardellenfilets (*in Öl*)

80 g Gewürzgurken

2 hartgekochte Eier (*geschält*)

je 2 EL gehackte Petersilie und Schnittlauchröllchen

## TIPP

Anstelle von Seeforelle eignet sich auch Regenbogenforelle, ebenso wie Kabeljau, Barsch, Seelachs oder Schellfisch. Am besten schon ohne Haut und Gräten beim Fischhändler vorbereiten lassen.

Mayonnaise mit Sud und Senf verrühren. Kapern und Sardellen fein hacken, die Gurken und Eier in kleine Würfel schneiden. Alles mit den Kräutern unter die Mayonnaise mischen und kühl stellen.

# Rhabarber-Crumble mit Mascarpone-Eis

Der warme Crumble wird von cremigem Mascarpone-Eis begleitet, das durch Amaretto seinen besonderen Kick erhält. Feinschmecker veredeln mit einem Tropfen hochwertigem Kürbiskernöl aus der Steiermark.

## MASCARPONE-EIS

200 ml Milch  
200 g Schlagobers  
Mark von  $\frac{1}{2}$  Vanilleschote  
5 Eigelb  
130 g Zucker  
1,5 cl Amaretto  
210 g Mascarpone

## RHABARBER-CRUMBLE

400 g Rhabarber  
95 g Zucker  
30 g weiche Butter für die Form  
90 g kalte Butter  
120 g Mehl (Type W 480)

—  
Salz

- 1 Für das Eis in einem Topf Milch und Obers mit Vanillemark einmal kurz aufkochen, dann vom Herd nehmen und etwa 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend die Mischung langsam mit Eigelben und Zucker in einer Metallschüssel verrühren. Die Masse über dem heißen Wasserbad so lange unter Rühren erhitzen, bis eine Temperatur von etwa 82 °C (Speisethermometer) erreicht ist und die Masse bindet (zur Rose abziehen).
- 2 Danach die Schüssel auf Eiswasser abkühlen lassen. Zuletzt Amaretto und Mascarpone einrühren und alles in der Eismaschine cremig gefrieren. Im Tiefkühlfach aufbewahren.

- 3 Für den Crumble Rhabarber waschen, von oben nach unten entfädeln und somit leicht schälen. Rhabarber erst in Streifen, dann in etwa 2 cm große Würfel schneiden. Mit 30 g Zucker vermengen und etwa 20 Minuten ziehen lassen.
- 4 Eine Auflaufform mit weicher Butter einfetten und Rhabarber hineingeben. Kalte Butter in Würfeln mit Mehl, rest-



- lichem Zucker und 1 Prise Salz zwischen den Händen bröselig crumbeln. Den Backofen auf 180 °C (Umluft) heizen, den Crumble auf dem Rhabarber verteilen und alles im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 22 Minuten backen.
- 5 Zum Servieren den Crumble aus dem Ofen nehmen und noch warm auf Tellern anrichten. Mit dem Mascarpone-Eis servieren.

## TIPP

Der Crumble lässt sich sehr leicht variieren. Statt Rhabarber kann man auch Beeren, Pflaumen oder Kirschen mit den Streuseln überbacken. Diese Früchte müssen nicht vorab mit Zucker gemischt ziehen. Einfach putzen, waschen und, falls nötig, klein schneiden. In der Form mit den Bröseln bedecken und gut andrücken, dann wie angegeben backen.



# DER BESTE BURGER

Text: Melisa Hadzic

Unlängst in einem Onlineforum zum Thema „Wo es den besten Burger Österreichs gibt“: „Eigentlich kann es nur in Hamburg gute Hamburger geben“, schrieb ein User leicht humorig. „Alles andere ist eine billige Kopie.“ Die Antwort ließ nicht lange auf sich warten: „Gut, aber was, wenn ich einen Cheeseburger will?“ Ein Wortwechsel, der eine hitzige Diskussion entfachte – über die richtigen Mehlsorten im Bun, das beste Fleisch, die perfekte Garstufe und welche Saucen hineingehören. Zumindest eines war am Ende geklärt: Burger sind ein Thema, zu dem alle eine (andere) Meinung haben.

Ursprünglich als bodenständiges Essen der amerikanischen Arbeiterschicht gefeiert, hat sich der Burger im letzten Jahrzehnt dank Smash-Burgern, Wagyu-Pattys und Brioche-Buns von der Fast-Food-Nische befreit und ein neues Publikum erobert. Die Zahlen sprechen für sich: Laut dem *Room Service Report* eines Touristikdienstleisters ordern Hotelgäste weltweit am liebsten Burger beim Zimmerservice (darunter kann auch mal ein 1.600-Dollar-Wagyu-Burger im *Post Oak Hotel* in Houston sein). Und auch in Österreich steht der Burger hoch im Kurs: Eine aktuelle Analyse von Lieferando zeigt, dass der Cheeseburger zu den drei meistbestellten Gerichten des Landes gehört. Parallel dazu schießen Burgerläden wie Schwammerl aus dem Boden, nicht zuletzt dank des anhaltenden Smash-Burger-Hypes. Heimisch ist am Burger hierzulande allerdings oft nur das Fleisch. Die Wurzeln? Liegen nicht in der österreichischen Küche – aber auch nicht so weit entfernt, wie man denken würde.

## ALLE WEGE FÜHREN NACH ROM

Dass man bei der Suche nach dem Ursprung des Hamburgers ausgerechnet bei den Römern landet, hätten Sie vermutlich nicht erwartet. Tatsächlich führen erste Spuren rund 2.000 Jahre zurück – ins antike Rom, wo man sogenannte Isicia Omentata, gewürzte Fleischlaibchen, servierte. Die erste offizielle Erwähnung des „Hamburger Steaks“ findet sich 1802 im Oxford English Dictionary, ein Gericht aus gesalzenem, geräuchertem Rinderfaschierten. Noch im selben Jahrhundert nahm der Burger langsam

seine heutige Form an. Erfunden wurde er in den USA, genauer gesagt in Seymour, Wisconsin. Zum ersten behaupten das die Amerikaner und erklärten es 2007 sogar per Staatsbeschluss zu ihrer offiziellen Wahrheit. Weniger bekannt ist, dass es deutsche Einwanderer waren, die das Rezept mit über den Atlantik brachten. Das „Hamburger Rundstück warm“ gilt als Vorläufer des Burgers und stammt aus der deutschen Hafenstadt.

Wo genau der heute geläufige Burger tatsächlich entstand, ist bis dato umstritten. Eine weit verbreitete Theorie besagt, dass der 15-jährige Charlie Nagreen 1885 auf einem Markt – inspiriert von deutschen Einwanderern – Fleischlaberl zwischen zwei Brotscheiben packte und das Ganze als Essen-to-go verkaufte. Andere schreiben die Erfindung dem legendären *Louis' Lunch Diner* in New Haven zu. Weitere Anwärter auf den Hamburger-Thron sind die Brüder Menches aus Hamburg – im Staat New York, nicht in unserem Nachbarland –, die ihre Version zeitgleich mit Nagreen erfunden haben sollen. Kurz gesagt: Die Liste der potenziellen Erfinder ist lang.

**Dass man auf der Suche nach dem Ursprung des Hamburgers im antiken Rom landet, überrascht. Dort wurden Isicia Omentata, gewürzte Fleischlaibchen, serviert.**

Was aber zweifelsfrei feststeht: 1948 kam die Burger-Revolution, als McDonald's das Speedee-System einföhrte und damit den Grundstein für den weltweiten Erfolg der Systemgastronomie legte. Der Burger war im Zuge dessen nicht mehr bloß ein belegtes Brötchen, sondern ein globales Phänomen. Aus ihm wurde ein kostengünstiges, massenhaft konsumiertes und schnell zubereitetes Gericht.

Jahrzehntelang änderte sich daran nichts – in den letzten Jahren hat sich der Burger aber neu erfunden: weg von der Masse, hin zur Qualität. Viele Restaurants haben sich auf hochwertige Burger spezialisiert, und ein Exemplar auf der Karte exklusiver Restaurants ist längst keine Seltenheit mehr.

## HERZSTÜCK: DAS PATTY

Wer selbst einen richtig guten Burger zubereiten möchte, beginnt mit dem Wichtigsten: dem Fleisch. Entscheidend sind Fettgehalt und Textur. Ideal ist grob strukturiertes, möglichst frisches Rindfleisch – am besten selbst faschiert. Der bayerische Spitzenkoch und Wagyu-Züchter Lucki Maurer schneidet das Fleisch lieber von Hand in feine Würfel. „Wenn das Fleisch Struktur hat, ist das Ergebnis wie eine Mischung aus Steak und Tatar – außen eine schöne Kruste, innen saftig und rosa“, erklärt er in einem das Burger-Thema beleuchtenden Video dem Online-Magazin „Fleischglück“ ([Link siehe rechts unten](#)). Maurers Tipp: magere und fette Fleischstücke kombinieren. Besonders geeignet sind hochwertige Muskelpartien aus Schulter, Brust, Wade oder Nacken. Eine Mischung aus Rinderbrust-, -hals und Hochrippe gilt als optimal.

Robert Weishuber und Benjamin Hofer, die mit ihrer Rinderzucht *XO Beef* für hochwertiges Fleisch stehen, verfolgen in ihrem Wiener Lokal *XO Grill* einen weiteren, sehr nachhaltigen Ansatz. Sie stellen die Pattys aus dem her, was nach der Zerlegung ihrer zehn (und mehr) Jahre alten Rinder verbraucht werden sollte: in der Regel viel vom Vorderviertel, magere Deckelstücke und Fettabschnitte – alles dry-aged. Damit das Patty beim Braten nicht austrocknet, liegt der Fettanteil nicht unter 20 Prozent.

Vor dem Formen heißt es: gut durchkneten! Danach sollten die Pattys mit leicht angefeuchteten Händen geformt werden – ohne zu viel Druck, sonst wird's zu kompakt. Gewürzt wird klassisch mit Salz und Pfeffer, bei Maurer gerne großzügig. „Eine Prise Zucker sorgt für richtig schönen Geschmack, da er beim Braten karamellisiert“, verrät er. Und wie viel Fleisch darf's sein? Für den vollen Genuss kalkuliert Maurer 250 Gramm pro Burger. Für Standardgrößen reichen 150 Gramm – aber da entscheidet natürlich der eigene Hunger. Im *XO Grill* wird auf 180 Gramm gesetzt: „Weil es perfekt zu unseren 80 Gramm schweren Buns passt. Die richtige Fleischmenge hängt nämlich von der Größe des Brots und dem Verhältnis zu den anderen Zutaten ab“, erklärt Hofer.

## BUN – MEHR ALS NUR EIN WECKERL

Fast genauso wichtig wie das Patty ist der Bun. Er sollte eine weiche, wattierte Struktur haben, in die man leicht hineinbeißen kann – gleichzeitig aber stabil genug sein, um den Burger

zusammenzuhalten. Eine dezente Süße gleicht den herhaften Geschmack des Fleischs aus. Die Schnittflächen röstet man am besten kurz an – im Toaster oder in Butter. Das sorgt nicht nur für mehr Geschmack, sondern auch dafür, dass sich das Brot nicht gleich mit Sauce und Fleischsaft vollsaugt.

Sesam, Brioche oder Erdäpfel? Während man früher kaum um die klassischen Sesam-Buns herumkam, sind heute Brioche-Buns der neue Standard – mit viel Butter im Teig und süßem Geschmack. Seit kurzem werden sogar die berühmtesten Burger-Buns der USA – *Martin's Famous Potato Rolls* – nach Österreich importiert. Ultra-weich und besonders im Geschmack, „aber mit einer unfassbar langen Zutatenliste“, wie Hofer anmerkt. Der Gründer von *XO Grill* setzte anfangs auf süßliche Brioche-Buns, entwickelte dann aber mit Pierre Reboul von *Ströck Feierabend* einen eigenen Bun. Das Ergebnis: ein Hybrid aus Brioche und Erdäpfelteig. Hinein kommen Waldviertler Erdäpfel, Ei, Butter und gerade so viel Zucker, dass alles harmoniert.

## OHNE TOPPINGS GEHT'S NICHT

Fleisch und Brot sind das Fundament. Was sonst noch reinkommt, hängt von den eigenen Vorlieben ab. Die klassische Kombination: knackiger Salat, saftige Paradeiser, Zwiebeln, Essiggurkerl. Wer mehr Vielfalt will, spielt mit Texturen und Aromen: Eisberg für den Crunch, Romanasalat für die Frische. Zwiebeln dürfen roh, karamellisiert oder sogar eingelegt daherkommen. Und die Gurkerl? Süß, säuerlich, salzig oder mit Honig – alles ist erlaubt. Mit einer Scheibe Käse wird im Handumdrehen ein Cheeseburger daraus. Und dann wären da noch die Saucen. Hier entscheidet sich, ob aus einem guten Burger ein großartiger wird. Die Favoriten reichen von Ketchup, Mayo und Senf bis hin zu rauchiger BBQ-Sauce oder hausgemachten Kreationen. Wichtig dabei: Weniger ist oft mehr.

## SO WIRD ES GEMACHT

Das perfekte Patty sollte außen stark gebräunt, innen noch rosa, saftig und aromatisch sein. Klingt einfach – doch der Teufel steckt im Detail. Beim Braten in der Pfanne sind Hitze und Bratfett entscheidend. Dafür hat Lucki Maurer einen Geheimtipp: „Ich brate das Fleisch gerne in Rindertalg an – das gibt nochmal richtig Geschmack.“ Wem das zu speziell ist, kann stattdessen eine geölte Pfanne verwenden und nach dem Anbraten ein Stück Butter hinzufügen. „Wie beim Steak!“, sagt der Profi. Zu Beginn

**Der letzte Schritt wird unterschätzt: der Zusammenbau. Wie ein guter Burger geschichtet wird, ist entscheidend.**



Burger-Buns sollen eine wattige-weiße, aber dennoch feste Struktur haben. Der Klassiker wird mit hellem Sesam bestreut.



sollte die Temperatur hoch sein: Das Patty wird von beiden Seiten scharf angebraten, um eine schöne Kruste zu erzeugen. Anschließend reduziert man die Hitze und gart es schonend fertig. Maurers Empfehlung: „54 Grad im Kern, medium rare, damit das Patty richtig saftig bleibt.“ Wer es lieber etwas durch mag, peilt rund 60 Grad an – leicht rosa, aber nicht trocken.



Auf dem Grill wird es etwas anspruchsvoller, da sich die Temperatur nicht so exakt regeln lässt. Laut Weber Grill liegt der optimale Bereich für Burger bei 200 bis 260 °C. Zuerst das Fleisch über direkter Hitze scharf angrillen, damit außen eine schöne Kruste entsteht, dann bei indirekter Hitze fertiggaren. Ein simpler Trick verhindert, dass sich das Patty dabei wölbt: Mit dem Daumen eine Mulde in die Mitte drücken. So behält das Fleischlabel seine Form – und der Burger bleibt schön gleichmäßig.

#### ODER DOCH LIEBER SMASHEN?

Wer beim Burger lieber auf Röstaromen als auf rosa Fleisch setzt, kann den klassischen Zugang getrost vergessen. Weg vom dicken Patty, hin zum zerquetschten, am Rand knusprigen, aber irgendwie eh noch saftigen Laibchen. Kerntemperatur, Hitzezonen, Hin- und Herwenden? Der Smash-Burger folgt anderen Regeln – und begeistert genau deshalb eine wachsende Fangemeinde. Ursprünglich aus den USA, eroberte der Trend in den letzten Jahren auch Österreichs Burgerlandschaft. Vorreiter war, wie könnte es anders sein, der XO Burger in Wien – sogar ausgezeichnet als „Bester Burger Europas“ von Big 7 Travel.

Für die Zubereitung braucht es zwei Dinge: eine Pfanne (oder Grillplatte) und viel Kraft. Das Fleisch (pro Burger zwei Pattys à 90 Gramm) wird dünn plattgedrückt, idealerweise mit einem Smasher. Wer keinen hat, nimmt einen kleinen, schweren Topf. Ein Stück Backpapier dazwischen verhindert das Ankleben. Wie dabei das Fleisch nicht trocken wird? „Flip and kiss“, sagt Benjamin Hofer. „Der Sweetspot der Hitze liegt bei 180 bis 200 °C. Nach dem Smashen muss man eine Minute warten, bis das Fleisch eine goldbraune Kruste bildet. Dann dreht man das Patty geschwind um und brät die andere Seite für maximal 30 Sekunden.“ Das Ergebnis? Außen kross, innen zart und mit intensivem Umami-Aroma.

#### DIE RICHTIGE BURGER-ARCHITEKTUR

Die Buns sind goldbraun getoastet, das Fleisch nach Vorliebe gebraten, die Toppings vorbereitet. Bevor es ans Genießen geht, zählt der letzte, oft unterschätzte Schritt: der Zusammenbau. Denn wie ein Burger geschichtet wird, ist keineswegs Zufall, sondern entscheidend für Stabilität, Textur und Geschmack. Wichtig ist, ihn nicht zu überladen. Wenige, gut durchdachte Zutaten sollen ein harmonisches Gesamtes ergeben. Auf die untere Bun-Hälfte kommt zuerst die Sauce, dann der Salat. Das Fleisch wird anschließend aufgelegt und presst den Salat leicht zusammen. Danach folgen die restlichen Zutaten: Zwiebeln, Essiggurkerl und Paradeiser. Auf die obere Bun-Hälfte kommt nochmals etwas Sauce, bevor sie aufgesetzt wird. Fertig ist ein Burger, der sich nicht nur gut essen lässt, sondern auch optisch überzeugt. Kein Rutschen, wenig Tropfen – dafür maximaler Geschmack in jeder Schicht. Ob nun in Hamburg, Houston oder Hinterbrühl, in einem Haubenrestaurant, beim Foodtruck ums Eck oder zuhause – der Burger hat sich vom schnellen Imbiss zum kulinarischen Statement entwickelt. Jeder kann ihn so gestalten, wie er ihn am liebsten hat: klassisch mit Salat und Gurkerl, mutig mit spannenden Toppings oder ganz im Trend – smashed, kross und doppelt gestapelt. Und wem all das nicht reicht, der muss sich wohl im nächsten USA-Urlaub den ominösen 1.600-Dollar-Burger mit Trüffel, Kaviar und Gold bestellen – ins Hotelbett. Saucenfleck auf der Daunendecke inklusive.



Im Trend: Flach gepresste Pattys mit vielen Röstaromen, genannt Smash-Burger.



Lucki Maurers geballte  
Burger-Expertise:  
<https://youtube.com/watch?v=vNr0dI8jJ0k>



# Die Küche des Lichts

Starker Charakter trifft auf verspielte Azulejos-Fassaden, unvergessliche Sonnenaufgänge auf urbane Meeresblicke: Lissabon ist einer der faszinierendsten Orte Europas. Die typische Küche von Portugals Hauptstadt trägt mit ihren sonnigen Gerichten viel dazu bei.

Rezepte: Anne-Katrin Weber    Fotos: Wolfgang Schardt, Hölker Verlag

*Cidade da luz* wird Lissabon genannt. Stadt des Lichts. Wer einmal einen Sonnenauf- oder Sonnenuntergang in der portugiesischen Hauptstadt erlebt oder zur Mittagszeit das magische Lichtspiel in den Gassen bewundert hat, versteht, wo der Name herkommt.

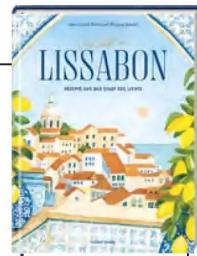
Ein Wochenende in Lissabon ist allerdings nicht nur vom Licht geprägt. Bergauf und -ab legt man zu Fuß Kilometer zurück, während man sich durch die Stadt treiben lässt – die beste Art, Lissabon zu entdecken. Unweigerlich landet man irgendwann in einer kleinen Pastelaria, um eine *bica* (die portugiesische Variante eines Espressos) oder eine *carioca* (den hiesigen Verlängerten) zu bestellen, am besten im Stehen getrunken, wie es auch die Portugiesen machen. Um etwas kleines Süßes oder einen pikanten Snack kommt man dabei oft kaum herum, vielleicht folgt dann auch schon ein Glas Vinho Verde.

Kulinarik spielt in Lissabon eine bestimmende Rolle. Die Küche ist geprägt von den Einflüssen der Zeit, in der Portugal

noch eine Kolonialmacht war. Oft wird sie als mediterran missverstanden, weil sich so viele typische Zutaten mit jenen des Mittelmeerraums decken. Empfehlenswert: Statt auf Klassiker wie *Pastéis de nata* oder *Sardinhas assadas* lieber hierzulande Unbekannteres probieren, von *Bolo de chocolate* bis zu *Peixinhos da horta*. So haben es auch das Kulinarikduo Anne-Katrin Weber und Wolfgang Schardt bei der Recherche für ihr neues Buch „Verliebt in Lissabon“ gemacht: Drei ihrer kulinarischen Entdeckungen können Sie auf den folgenden Seiten kennenlernen.

## GUSTO-Empfehlung

„Verliebt in Lissabon“ vereint stimmungsvolle Bilder und authentische Rezepte – so schön wie ein kleiner Städtereip.  
Hölker Verlag, € 30,90





## Salada de grão-de-bico com atum e ovo

Kichererbsensalat mit Thunfisch und Ei

*Kichererbsensalat wird in Portugal häufig mit Stockfisch zubereitet, diese Variante mit Thunfisch ist ebenfalls sehr beliebt. Die Kichererbsen schmecken am besten, wenn sie ein paar Stunden in der Marinade ziehen und die Aromen von Kräutern und Knoblauch aufnehmen durften.*

4 Portionen **ZUBEREITUNG:** ca. 35 Minuten  
(plus mind. 8 Stunden Einweich- und 45 Minuten  
Kochzeit für die Kichererbsen)

250 g getrocknete  
Kichererbsen

2 Lorbeerblätter

1 gelbe Zwiebel

1 Dose Thunfisch  
(in Olivenöl oder Wasser)

je ½ Bund Koriander  
und glatte Petersilie

1 rote Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 Stange Sellerie

6 EL Olivenöl

ca. 4 EL Zitronensaft

1–2 Prisen Chilipulver

1–2 Prisen geräuchertes  
Paprikapulver

½ TL gemahlener

Kreuzkümmel

2–4 Eier

Meersalz, frisch gemahlener  
schwarzer Pfeffer

- Am Vortag Kichererbsen in reichlich kaltem Wasser einweichen.
- Am nächsten Tag Kichererbsen in ein Sieb abgießen, kalt abspülen und in frischem Wasser mit etwas Salz und Lorbeer aufkochen. Gelbe Zwiebel schälen, halbieren und zugeben. Kichererbsen ca. 45 Minuten kochen, bis sie weich sind, aber noch nicht zerfallen. Den Topf vom Herd nehmen und die Kichererbsen im Kochwasser abkühlen lassen.
- Thunfisch abtropfen lassen. Kräuter abbrausen, trocken tupfen und grob hacken. Rote Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden, Knoblauch schälen und fein hacken. Stangensellerie waschen und in feine Scheiben schneiden. Die Kichererbsen abgießen und mit Sellerie, Thunfisch, Kräutern, Zwiebel, Knoblauch, Öl, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Chili, Paprikapulver und Kreuzkümmel mischen.
- Eier ca. 5 Minuten wachsweich kochen, kalt abschrecken, schälen und abkühlen lassen. Die Eier halbieren und auf dem Salat anrichten.



Kennen  
Sie schon  
...

## Pica pau

Das Kennenlern-Gericht dieser GUSTO-Ausgabe ist Pica Pau. Woher der lustige Name kommt? Pica-pau ist portugiesisch für Specht: Das Gericht wird traditionell mit Zahnstochern gegessen, sprich aufgepickt. Seinen Ursprung hat es an der Algarve, aber auch in Lissabon wird gerne „gepickt“. Pica pau gibt es mit Rind- und Schweinefleisch.

„Ein frisches Brot dazu ist immer eine gute Idee“, finden Anne-Katrin Weber und Wolfgang Schardt.

4 Portionen **ZUBEREITUNG:** ca. 25 Minuten

500 g mageres Rindfleisch  
zum Kurzbraten  
(z. B. Hüststeak)

2–3 Knoblauchzehen

250 g Mixed Pickles  
(z.B. Essiggurkerl, Maiskolben,  
Karotten, Perlzwiebeln)

3 EL Olivenöl

2 Lorbeerblätter

150 ml trockener Weißwein

1 TL Dijon-Senf

1 EL Worcestershiresauce

20 g kalte Butter  
2 EL kleine  
schwarze Oliven

2 EL gehackte

Petersilie

Weißbrot zum  
Servieren

Meersalz, frisch gemahlener  
schwarzer Pfeffer

1 Fleisch ca. 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, dann in ca. 3 cm große Würfel oder in Streifen schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mixed Pickles abtropfen lassen und in grobe Stücke schneiden.

2 In einer schweren Pfanne 2 EL vom Olivenöl erhitzen, Fleischwürfel hineingeben und bei starker Hitze rundherum 3–4 Minuten kräftig anbraten. Restliches Olivenöl zugeben, die Hitze reduzieren und Knoblauch zugeben. Kurz anbraten, Lorbeer und Weißwein zufügen, aufkochen und den Bratensatz am Pfannenboden abschaben.

3 Senf und Worcestershiresauce zugeben, die Pfanne vom Herd nehmen und Butter unterrühren. Mixed Pickles und Oliven unterrühren, die Sauce abschmecken und die Petersilie darüberstreuen.  
— Dazu Weißbrot reichen.

# Arroz doce

## Süßer Milchreis

Leuchtend gelb soll er sein, der Arroz doce – die sonnigen Eigelbe sorgen für seine schöne Farbe und machen den schlichten Milchreis außerdem herrlich cremig. Gegessen wird er pur, ein fruchtiges, eher säuerliches Kompott aus Marillen, Pfirsichen oder Feigen an seiner Seite steht ihm aber auch ausgezeichnet.

4 Portionen

ZUBEREITUNG: ca. 30 Minuten

150 g Rundkornreis (z. B. portugiesischer  
Carolinareis, spanischer Bomba- oder  
italienischer Risottoreis)

1 Prise Meersalz

300–400 ml Milch

je 3–4 Streifen Bio-Zitronen  
und -Orangenschale

50–75 g Zucker

½ Zimtstange

3 Eigelb

etwas gemahlener Zimt und gehackte  
Pistazien zum Bestreuen

- 1 Reis in ein Sieb geben und unter fließend kaltem Wasser abspülen. Anschließend mit 700 ml Wasser und Salz in einen Topf geben und aufkochen. Bei niedriger Hitze ca. 15 Minuten kochen lassen, bis er das Wasser aufgenommen hat. Milch angießen, Zitronen- und Orangenschale, Zucker und Zimtstange zugeben und ebenfalls bei niedriger Hitze und unter zeitweiligem Rühren weitere ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis der Reis dick und cremig ist.
- 2 Eigelbe unterrühren, den Reis unter ständigem Rühren 1–2 Minuten kochen lassen, dann den Topf vom Herd nehmen und den Milchreis lauwarm oder ganz abkühlen lassen. Beim Abkühlen wird er fester, daher evtl. noch etwas Milch unterrühren, sodass er schön cremig ist.
- 3 Den Milchreis auf Dessertschälchen verteilen und mit Zimt und Pistazien bestreuen.





Der Klassiker nach Ostern: Im Kühlschrank tummeln sich bunte Eier und Osterschinken, in der Brotdose warten Pinzen und Striezel auf einen zweiten Einsatz. Köstlichkeiten, die in Bälde verkocht werden sollten! Wir haben für Sie 18 erprobte und abwechslungsreiche Ideen, die das Beste aus den kulinarischen Übrigbleibseln herausholen.

Rezepte: GUSTO Fotos: Dieter Brasch, Barbara Eidler-Ster, Theresa Schrems, Ulrike Köb, Eisenhut & Mayer

# OSTERSCHINKEN

## PALATSCHINKENSACKERL MIT SCHINKEN

Von 200 g Kohlblättern dicke Mittelrippen ausschneiden, die Blätter in Salzwasser bissfest kochen, abseihen, abschrecken und ausdrücken. Kohl in dünne Streifen, 150 g Osterschinken kleinwürfelig schneiden. 50 ml Weißwein, 50 ml Suppe und 150 g Crème fraîche verrühren, aufkochen und 10 g Weizengrieß einrühren. Dick einkochen lassen. Schinken und Kohl untermischen und kurz mitköcheln. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel würzen, mit 1 EL Petersilie und 1 TL gerissenem Kren verfeinern. Fülle auf 12 Palatschinken verteilen, diese zu Sackerln falten, mit Schnittlauch zusammenbinden und im vorgeheizten Rohr (180 °C Ober-/Unterhitze, mittlere Schiene) ca. 12 Minuten backen. Die ideale Sauce dazu: ½ Zwiebel würfeln, in 30 g Butter anschwitzen, mit 125 ml Weißwein ablöschen. Mit 500 ml Suppe aufgießen. Auf die Hälfte einkochen, 250 ml Obers zugießen, cremig einkochen. 1 TL Zitronensaft und 4 EL Petersilie zugeben, aufmixen, salzen und pfeffern. Ergibt 4–6 Portionen.



## BUCHTELN MIT SCHINKENFÜLLE

1 Pkg. Germ (42 g) in 80 ml lauwarmen Milch auflösen, mit 3 EL Mehl verrühren. Mit wenig Mehl bestreuen, an einem warmen Ort zugedeckt aufgehen lassen (ca. 20 Minuten). 220 ml Milch und 4 Dotter verquirlen, mit Schale von 1 Zitrone, 470 g Mehl, 100 g Butter und dem Dampf zu einem glatten Teig abschlagen. Zugedeckt an einem warmen Ort aufgehen lassen (ca. 30 Minuten). 450 g Zwiebeln und 600 g Osterschinken klein würfeln. 9 kleine Knoblauchzehen und 40 g Majoranblättchen hacken. Alles in 80 g Butterschmalz anbraten, umfüllen und auskühlen lassen. 300 g Frischkäse und 120 g geriebenes Toastbrot einrühren. Kräftig salzen und pfeffern. Form (Ø ca. 30 cm) mit zerlassener Butter ausstreichen. Teig kurz durchkneten, auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 0,5 cm dick ausrollen und Scheiben (Ø ca. 8 cm) ausstechen. Füllung darauf verteilen, Teig darüber zu einer Kugel schließen. In flüssige Butter tauchen, mit dem Verschluss nach unten in die Form setzen und an einem warmen Ort aufgehen lassen (ca. 20 Minuten). Rohr auf 160 °C vorheizen. Buchtel im Rohr (mittlere Schiene / Gitterrost) ca. 50 Minuten backen. Ergibt 8 Portionen.



### SCHNELLE SCHINKEN-ERBSEN-PASTA

125 g Osterschinken in ca. 0,5 cm große Würfel schneiden und in 10 g aufgeschäumter Butter anschwitzen. 80 g TK-Erbsen zugeben, kurz mitgaren und mit 80 ml Suppe aufgießen. 40 g Mascarpone und 1 EL gehacktes Basilikum einrühren, kurz köcheln, mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Parallel dazu 200 g Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen, abseihen und gut abtropfen lassen. Mit der Sauce vermischen. Ergibt 2 Portionen.



### SCHINKEN IN ERDAPFELKRUSTE

500 g Osterschinken in vier ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. 500 g Erdäpfel schälen, grob raspeln und ausdrücken. Mit 40 g Mehl, 1 Ei, 1 zerdrückten Knoblauchzehe, 2 EL gehacktem Oregano, Salz und Pfeffer vermischen. Schinken so in die Erdapfelmasse drücken, dass beidseitig eine 0,5 cm dicke Schicht haften bleibt. 4 EL Öl erhitzen, Schinkensteaks darin beidseitig goldbraun braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Ergibt 4 Portionen.



### SCHINKEN-TOPFENAUFSTRICH

250 g Osterschinken klein schneiden, im Kutter fein pürieren. 250 g Topfen (10 % Fett), Schinkenmasse, 40 g weiche Butter, 1 EL gehackte Petersilie und 1 EL frisch gerissenen Kren verrühren. Aufstrich mit Salz, Pfeffer, Majoran und 1 EL Senf würzen. Köstliche Alternative: 100 g Schinken möglichst fein hacken. 200 g Topfen (20 % Fett), 20 g gerissenen Kren und 1 TL Englischen Senf glatt rühren. Schinken und gehackten Kerbel untermischen, salzen und pfeffern.



### SCHINKENSCHÖBERL

80 g Schinken würfeln (ca. 1 cm groß). 3 Eier trennen. Klar mit 1 Prise Salz zu Schnee schlagen. Dotter einrühren, 50 g Mehl und 30 g fein geriebenen Parmesan unterheben. Masse auf einem mit Backpapier belegten Blech fingerdick verstreichen, mit Schinken bestreuen. Im Rohr (200 °C Ober-/Unterhitze, mittlere Schiene) ca. 10 Minuten goldgelb backen. Herausnehmen, vom Blech ziehen, auskühlen lassen. Papier abziehen, Masse in Rauten schneiden. Ergibt 6 Portionen.

# HARTE EIER



## SCOTCH EGGS – VEGGIE UND MIT WURST

Für die Veggie-Variante 500 g mehlige Erdäpfel schälen und in Salzwasser weich kochen. In einem Sieb abtropfen und ausdampfen lassen. Durch eine Erdäpfelpresse drücken und mit 50 g geriebenem Parmesan, 1 TL Trüffelöl und 1 EL Butter vermischen. Mit Salz, Pfeffer und wenig Muskat kräftig würzen. Erdäpfelmasse in 4 Portionen teilen und mit bemehlten Händen flach drücken. Je 1 hartes, geschältes Ei hineinlegen, Masse über das Ei schlagen und verschließen. Für die Wurstvariante Brät von 350 g frischer Bratwurst aus der Haut drücken. Mit 200 g zerdrückter Blutwurst und 1 geschälten, geraspeltem Granny Smith gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Masse in 4 Portionen teilen und mit bemehlten Händen flach drücken. Je 1 hartes Ei hineinlegen, Masse über das Ei schlagen und verschließen. Zum Panieren jeweils 2 rohe Eier mit 3 EL Schlagobers verquirlen. 150 g Pankobröselt und 2 EL Sesam vermischen. Scotch Eggs in 100 g Mehl, Ei-Obersmischung und Pankobröseln panieren. In Öl rundum goldbraun backen.

## DREIERLEI GEFÜLLTE EIER

6 harte, geschälte Eier halbieren, Dotter herauslösen und für die Fülle beiseitelegen.

*Variante 1:* 2 harte, geschälte Eier und 1 Essiggurkerl klein hacken, mit Dottern, 1 EL Dijon-Senf,  $\frac{1}{2}$  TL Zitronenschale und 2 EL Hummus vermischen. Masse fein pürieren, mit Salz und Pfeffer würzen. Creme in einen Dressiersack füllen und in die Eierhälften füllen.

*Variante 2 mit Räucherforelle:* 100 g Räucherforellenfilets (einige Stücke für die Garnitur beiseite legen) klein schneiden, mit der Masse von Variante 1 vermischen und pürieren. Masse in die Eier dressieren, mit eingelegtem Ingwer, Sesam, Forellenfilet und Wasabi garnieren.

*Variante 3 mit Roten Rüben:* 100 g geschälte, gekochte Rote Rüben (ein paar Schnitze für die Garnitur beiseite legen) klein schneiden, mit der Masse von Variante 1 und 2 EL gehackter Dille vermischen und pürieren. Masse in die Eier dressieren, mit Kresse, Roten Rübenstücken und Orangenfilets garnieren.





### SPARGEL MIT BUTTER-EI-BRÖSELN

750 g grünen Spargel im unteren Drittel schälen, trockene Enden wegschneiden. In einer Pfanne 3 EL Öl erhitzen, Spargel darin bissfest braten, mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Butterbrösel 1 hartes Ei schälen und grob hacken. 40 g Butter aufschäumen, 50 g Semmelbrösel zugeben und goldgelb rösten; dabei öfter umrühren. Brösel mit dem gehackten Ei vermischen und salzen. Spargel mit den Butterbröseln anrichten. Dazu passen gekochte Erdäpfel. Ergibt 2 Portionen.



### EIERGRATIN

8 harte Eier längs halbieren. Rohr auf Grillstellung vorheizen. 40 g Butter schmelzen, 30 g Mehl mit dem Schneebesen einrühren, aufschäumen lassen, mit 400 ml heißer Milch auffüllen, aufkochen und 2 Minuten bei schwacher Hitze köcheln. Vom Herd nehmen, salzen und pfeffern. 40 g geriebenen Parmesan und 1 Dotter einrühren. Eier in einer Auflaufform mit der Sauce überziehen. Im Rohr (obere Schiene / Gitterrost) goldbraun überbacken. Ergibt 4 Portionen.



### KRÄUTERRAHMSAUCE

200 g gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch, Sauerampfer und Kerbel) von den Stielen zupfen, 1 Pkg. Gartenkresse von den Stielen schneiden. 3 harte Eier schälen. Kräuter und Eier getrennt fein hacken. 5 Essiggurkerl klein würfeln. 2 EL Mayonnaise, 2 EL Sauerrahm, 4 EL Joghurt, 2 EL Estragonsenf, 2 zerdrückte Knoblauchzehen und Schale von  $\frac{1}{2}$  Zitrone verrühren. Kräuter, Eier und Gurkerl untermischen, salzen und pfeffern. Ergibt 6 Portionen.



### CURRY-EIERSALAT MIT GEMÜSE

15 harte Eier schälen und klein schneiden. 150 g rote Zwiebeln schälen und fein würfeln. 450 g Salatgurke längs halbieren und entkernen. Gurke und 3 geputzte Paprika klein würfeln. 20 g Schnittlauch fein schneiden. 100 g Mayonnaise, 375 ml Joghurt, 2 TL Senf, 1 TL Zitronensaft, Zwiebeln und Schnittlauch verrühren. Gurken- und Paprikawürfel zugeben und gut vermischen. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Eier behutsam unterheben. Ergibt 6–8 Portionen.

# OSTER-RESTEKÜCHE AUS DEM AIRFRYER

## ÜBERBACKENE ERDÄPFEL MIT SCHINKEN

4 große Erdäpfel (à ca. 250 g) ungeschält mehrere Male mit einer Gabel einstechen und mit etwas Olivenöl und wenig Salz einreiben. 20 Minuten bei 180 °C im Airfryer backen, wenden (dabei mit einer Gabel überprüfen, wie weich sie bereits sind) und fertigbacken (ca. 10 bis 20 Minuten). 100 g Osterschinken würfeln und 100 g Käse (z.B. Cheddar oder Gouda) grob reiben. 2 Jungzwiebeln klein schneiden – weißen Teil in feine Ringe, grünen Teil in Röllchen. Schinken, weiße Zwiebelringe und die Hälfte des Käses mit 3–4 EL Crème fraîche mischen. Erdäpfel halbieren, etwas aushöhlen und die Erdäpfelfülle ebenfalls unter die Masse rühren. Mit Salz, Pfeffer und evtl. ein wenig Knoblauchpulver abschmecken. Die Erdäpfelhälften damit toppen, leicht andrücken und mit übrigem Käse bestreuen. Bei 180 °C im Airfryer etwa 5–7 Minuten überbacken. Mit grünen Zwiebelröllchen bestreuen.



## GEFÜLLTE EIER IM STRUDELTEIG

4 harte Eier schälen. Nach Belieben füllen und/oder ummanteln. Zum Beispiel 80 g Lachs fein hacken, mit 1 TL Senf, Salz und Pfeffer vermischen. Eier halbieren und damit füllen. Weitere Möglichkeit: Eier mit Senf einstreichen und mit blanchiertem Mangold oder Prosciuttoscheiben umwickeln. 1 Strudelblatt auf ein feuchtes Tuch legen und mit Butter bestreichen. Weiteres Strudelblatt darauflegen, mit Butter bestreichen. Teig vierteln, Eier jeweils an den unteren Teigrand setzen. Seitenränder einschlagen. Einrollen, mit Butter bestreichen und im Airfryer ca. 20 Minuten bei 180 °C backen.

Foto links: iStockphoto.com,



Neu

BRAUN

Braun MultiFry 5

Viel mehr als eine  
Heißluftfritteuse.

Frittieren, Backen  
und Grillen.

60 Tage  
Geld zurück  
Garantie



# PINZEN, STRIEZEL & CO.



## STRIEZEL-SCHOKO-SCHEITERHAUFEN

Rohr auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 300 ml Milch, 3 Eier, 1 Pkg. Vanillezucker, 1 EL Rum und 1 kleine Prise Salz mit dem Schneebesen gut verrühren. 250 g Striezel in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Scheiben eingedreht in 4 Auflaufförmchen (Inhalt ca. 200 ml) schichten. Royal nach und nach zugießen, die Flüssigkeit sollte vom Striezel aufgesogen werden. Mit Schokolinsen bestreuen. Im Rohr (untere Schiene / Gitterrost) ca. 20 Minuten backen.



## ÜBERBACKENER STRIEZEL-SCHMARREN

60 ml Obers, 300 ml Milch, 2 Eier, 2 Dotter, 1 EL Zucker, 1 TL Vanillezucker und Schale von 1 Orange verrühren. Über 250 g Striezel (in Scheiben) gießen, 10 Min. ziehen lassen. Mit 2 Äpfeln (in Scheiben) in einer gebutterten Form verteilen. Im Rohr (180 °C, mittlere Schiene) ca. 30 Minuten backen. 3 Eiklar mit 1 Prise Salz schaumig mixen. 120 g Zucker teelöffelweise zugeben, zu Schnee schlagen. Auf den Schmarren dressieren, mit einem Bunsenbrenner flämmen. Ergibt 6 Portionen.



## PINZEN-KREN (ZU TAFELSPITZ & CO.)

200 g Pinze würfeln (ca. 3 cm), zwei Drittel auf einem Blech mit Backpapier im Rohr (180 °C, mittlere Schiene) rösten (ca. 10 Min.). 1 Zwiebel klein schneiden, in 30 g Butter anschwitzen. Mit 50 ml Wein ablöschen, ein wenig einkochen. 200 ml Milch und 125 ml Rindsuppe zugießen, aufkochen. Ungebackene Pinze zugeben, Masse pürieren, salzen und pfeffern. Geröstete Pinze und 50 g frischen Kren untermischen.



## PINZENAUFLÄUFE

4 Metallformen (Inhalt à ca. 100 ml) mit Butter ausstreichen, mit Bröseln ausstreuen. Rohr auf 160 °C vorheizen. 140 g Pinze würfeln. 200 ml Milch, 3 Eier, 70 g Zucker und 1 Pkg. Vanillezucker verquirlen. Mit Pinze mischen, in den Formen verteilen. In eine Auflaufform stellen und so viel kochendes Wasser zugießen, dass die Förmchen halbhoch im Wasserbad stehen. Im Rohr (mittlere Schiene) ca. 40 Minuten backen.



## Vollmilch länger frisch

ESL-Milch – kurz für „Extended Shelf Life“ – bezeichnet eine länger haltbare Variante der klassischen Frischmilch.

Möglich wird dies durch ein besonders schonendes Erhitzungsverfahren, das Keime reduziert und die Haltbarkeit verlängert, ohne dass die Milch wie bei H-Milch vollständig ultra-hoch erhitzt wird. Ob im Kaffee, Müsli oder beim Kochen – ESL-Milch ist aus vielen Haushalten nicht mehr wegzudenken. Welche von insgesamt sieben ESL-Vollmilch-Handelsmarken den höchsten Genuss verspricht, hat die ÖGVS – Gesellschaft für Verbraucherstudien nun in Kooperation mit der Universität für Bodenkultur Wien (BOKU) untersucht.

### GESAMTWERTUNG

NOTE	MARKE	IN PUNKTEN
1,0	FairHOF Bergbauern Vollmilch länger frisch 3,5 % Fett	7,04
1,0	Ja! Natürlich Vollmilch länger frisch 3,5 %	7,04
1,1	Clever Vollmilch länger frisch 3,5 %	6,96
1,1	Milsani Vollmilch länger frisch 3,5 %	6,93
1,3	S-BUDGET Vollmilch 3,5 % Fett länger frisch	6,75
1,5	Ein gutes Stück Heimat Bio Bergbauern Vollmilch 3,5 %	6,49
1,6	Alpengut Vollmilch länger frisch 3,5 %	6,41

### SO WURDE GETESTET

Die vom Institut für Lebensmittelwissenschaften der Universität für Bodenkultur Wien durchgeführte Untersuchung gliedert sich in zwei Teile. In einem ersten Schritt unterzogen sensorisch geschulte Prüfer die Produkte einer Quantitativen Deskriptiven Analyse. Zunächst wurden 23 produktsspezifische sensorische Merkmale der Kategorien Aussehen, Geruch, Geschmack sowie Textur/Mundgefühl und Nachgeschmack festgelegt, anhand derer die Milch-Proben beschrieben werden konnten. Anschließend quantifizierten die Prüfer für jedes Produkt die Intensitäten dieser Merkmale und erstellten für alle untersuchten Marken ein spezifisches sensorisches Produktprofil.

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

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

### TESTSIEGER

Die Ergebnisse aller untersuchten Marken lagen in dieser Produktgruppe eng beieinander. Insgesamt fünf Mal wurde die Note „sehr gut“ und zwei Mal die Note „gut“ vergeben. Punktgleich belegten die ESL-Varianten der FairHOF Bergbauern Vollmilch und der Ja! Natürlich Vollmilch den ersten Platz in der Gesamtwertung. Im direkten Vergleich der beiden Spaltenreiter roch die hellere Milch von FairHOF etwas säuerlicher als die Probe von Ja! Natürlich, wobei letztere dafür einen etwas ausgeprägteren Stallgeruch aufwies. Geschmacklich war die Ja! Natürlich-Milch süßer, aber auch leicht seifiger als die FairHOF-Milch. Die Textur beider Produkte ließ in puncto Cremigkeit und Homogenität keine nennenswerten Unterschiede erkennen.

Mit nur geringem Abstand platzierten sich die Längerfrisch-Vollmilchprodukte von Clever und Milsani auf Rang zwei und drei. Beide zeigten ein ähnliches Geruchsprofil; geschmacklich präsentierte sich die Milsani-Milch als die süßeste aller untersuchten Proben im Test, während die Clever-Milch im Vergleich zur Milsani-Probe als fruchtiger und nussiger wahrgenommen wurde. Besonders gute Bewertungen erhielt Clever in der Qualitätsbewertung des Nachgeschmacks – und auch in der Teilkategorie Textur/Mundgefühl wusste die Milch die Tester zu überzeugen.

Auf den weiteren Plätzen folgten die Produkte S-Budget, Ein gutes Stück Heimat und Alpengut.



Test 4/25, 7 Handelsmarken, 2 x 1. Platz  
Analyse: BOKU Wien, ögvs.at/8064

GUSTO



# CHEESY EDAMAME-LAIBCHEN MIT RAHM-RADIESCHENSALAT

Unsere kleinen Küchenstars Zoey und Fynn haben aus köstlichen Edamame noch köstlichere Laibchen gemacht. Toller Begleiter: der cremige Radieschensalat.

Rezept: Charlotte Cerny Fotos: Barbara Eidler-Ster



Wie viel Spaß kann Kochen machen? Wenn es nach den Geschwistern Zoey und Fynn geht: so richtig viel, am besten gepaart mit ordentlichem Elan! Kein Wunder, dass die beiden am Zubereiten der Edamame-Laibchen so große Freude hatten: Sie sind ja auch richtige Foodies. Zoey liebt etwa die philippinische Küche ihrer Oma und hilft ihrem Papa gerne beim Backen, Fynn könnte Schnitzerl und Pommes frites so gut wie jeden Tag essen. Auch eine weitere Leidenschaft teilen die zwei: Judo. Zoey zeichnet außerdem unheimlich gerne (vor allem Anime-Mangas), während Fynn gerne in die Schule geht und Minecraft spielt.

Auch wenn Schnitzerl Fynns Favoriten sind, hat es nicht viel gebraucht, um ihn für die vegetarischen Laibchen mit Sojabohnen zu begeistern. In asiatischen Lokalen kann man sie ja oft in der Schale gegart, mit etwas Meersalz oder Chiliflocken verfeinert, als Snack bestellen. Fertig geschält und tiefgekühlt lassen sich die gesunden Böhnchen aber auch wunderbar in der heimischen Küche einsetzen. Mehr über die Star-Zutat in Zoey's und Fynns Rezept lesen Sie im Info-Kasten unten. Und nun kann es losgehen mit der Kochaction!



## Bio-Edamame? Ja! Natürlich

Die Sojabohnen für die Ja! Natürlich Bio-Edamame werden im südlichen Weinviertel gemäß der strengen EU-Bio-Verordnung ohne chemisch-synthetische Pestizide und garantiert gentechnikfrei kultiviert. Damit sie ihre wertvollen Inhaltsstoffe behalten und knackig bleiben, werden sie frisch geerntet tiefgekühlt. Und sie sind ausgezeichnet: als „Bio-Produkt des Jahres 2025“ von der Messe Wieselburg und BIORAMA. Sie überzeugten die Jury durch ihren authentischen Geschmack, die schonende Verarbeitung und die umweltfreundliche Verpackung – aus recyclebarem Papier im „30 Jahre Design“ der Künstlerin Nanna Prieler.



4 Portionen, ZUBEREITUNG: ca. 1 Stunde

2 Zwiebeln  
4 Knoblauchzehen  
4 EL Rapsöl  
100 g Blattspinat  
150 g TK-Edamame  
100 g Emmentaler  
250 ml Wasser  
2 mittlere Eier  
2 Beutel Erdäpfelteig (290 g)  
2 EL Weizen-Vollkornmehl  
2 EL Petersilie (gehackt)

#### SALAT

2 Knoblauchzehen  
250 g Sauerrahm  
1 Bund Radieschen  
1 Pkg. Gartenkresse

*Salz, Pfeffer, Muskat, Öl*

- 1 Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein schneiden. Zwiebeln im Öl ca. 10 Minuten braten, bis sie karamellisieren. Knoblauch, Spinat und Edamame untermischen und ca. 10 Minuten dünsten. Vom Herd nehmen, mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Emmentaler in 16 Würfel schneiden. Wasser und Eier verrühren. Erdäpfelteig, Mehl und Petersilie untermischen. Mit Salz, Pfeffer und wenig Muskat würzen. Edamame-Mischung untermengen.
- 3 Für den Salat Knoblauch schälen und fein schneiden. Mit Sauerrahm verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Radieschen putzen, in Scheiben schneiden und mit dem Sauerrahm vermengen. Salat mit Kresse bestreuen.
- 4 Erdäpfelmasse in 16 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Kugeln flachdrücken, mit je einem Stück Emmentaler belegen und um den Käse herum verschließen. Zu Laibchen formen.
- 5 Ca. 5 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Laibchen darin beidseitig goldbraun braten. Herausnehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit dem Salat genießen.



# Immer an unserer Seite



A yellow helicopter is flying over a calm lake, with a range of green mountains in the background under a clear sky. In the foreground, a family of four—two adults and two children—are sitting on a wooden dock, smiling and looking towards the right. The water is visible at the bottom of the frame.

**Jetzt bestellen!**

**SCHUTZBRIEF®**  
Soforthilfe in Österreich und ganz Europa

 2025

**Umfassender Schutz für Sie und Ihre Familie,  
auch wenn Sie ohne Auto verreisen.**

**Neue Leistung: Organisation von Telemedizin.** Im Krankheitsfall im EU-Ausland  
kostenlos und online mit einer Ärztin bzw. einem Arzt in Österreich sprechen.



Nur für Mitglieder, um € 62,20 (für 2025)  
bei jedem ÖAMTC Stützpunkt  
und auf [oeamtc.at/schutzbrief](http://oeamtc.at/schutzbrief)



Ein gutes Gefühl, beim Club zu sein.

# SPECIAL



## Frühlingszeit

Wir heißen die neue Saison willkommen – mit Tipps  
zum Urlauben und Genießen.

**GARTENLUST**

**Die beliebte Gartenmesse-Serie „GartenLust“ findet regelmäßig in den schönsten Schlossgärten Österreichs statt, eingekauft wird dabei bei kleinen Händlerinnen und Händlern.**

Einkaufen wie früher, mit den Verkäuferinnen und Verkäufern tratschen, sich in Ruhe informieren, fachsimpeln und dann etwas Besonderes kaufen? Dabei nicht durch überfüllte Innenstädte, vorbei an Kaufhausketten oder durch Shoppingmalls traben, sondern durch die schönsten Schlossparks Österreichs spazieren, sich unter uralten Bäumen erholen, Prunkbauten besichtigen und sich für einige Stunden höchst royal fühlen? Das ermöglicht die Gartenmesse-Serie „GartenLust“.

**Wo Einkaufen zur Freude wird**

Bei den größten und schönsten Verkaufsausstellungen dieser Art bieten regelmäßig zwischen 120 und 200 Produktionsgärtner:innen, Kunsthändler:innen, Verkäufer:innen von Gartenmöbeln und schönen Accessoires ebenso wie Hersteller:innen von ausgefallenem Schmuck und Textilien ihre hochwertigen Produkte in ganz Österreich an. Selbstverständlich kommen auch Kulinarik-Fans nicht zu kurz.

Um das besondere Einkaufserlebnis zu komplettieren, gibt es Fachvorträge zu den interessantesten Themen, Tipps und Informationen von den Ausstellerinnen und Ausstellern, Live-Musik sowie ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für Kinder.

Weitere Informationen und ein Überblick zu den Aussteller:innen:

[gartenlust.eu](http://gartenlust.eu)

# So nah, so gut

Warum weit fliegen, wenn Erholung, Erlebnis und Genuss direkt vor der Tür liegen?

Wer hierzulande urlaubt, spart Nerven, CO<sub>2</sub> – und entdeckt Besonderes im Vertrauten.

Urlaub muss nicht weit entfernt stattfinden, um besonders zu sein. Österreich bietet auf kleinem Raum eine beeindruckende Vielfalt: majestätische Berge, ruhige Seen, lebendige Städte und Kulturlandschaften. Und: Wer im eigenen Land reist, entdeckt nicht nur unbekannte Regionen, sondern oft auch die Schönheit und den Wert dessen, was bereits vertraut ist. Zugleich bringt Urlaub daheim viele Vorteile – für Reisende, die Umwelt und die heimische Wirtschaft. Drei (hoffentlich) überzeugende Gründe, warum ein Urlaub in Österreich 2025 besonders lohnenswert ist.

**1 HEIMISCHES ERLEBEN**

Sicher ist: Österreich vereint eine bemerkenswerte Vielfalt an Landschaften und Lebenswelten. In kaum einem anderen Land Europas liegen unberührte Naturräume, jahrhundertealte Baukunst und lebendige Alltagskultur so nah beieinander. Zwischen Bergdörfern und Barockstädten, Weingärten und Wildflüssen entfaltet sich eine Vielfalt, die selbst viele Einheimische immer wieder überrascht. Von den alpinen Regionen im Westen bis zu den pannonischen Ebenen im Osten prägt eine enge Verbindung von Landschaft und Lebensweise das Bild – und das Urlaubsgefühl.

Dabei ist das Naturerlebnis oft unmittelbar und authentisch: Wanderwege führen direkt durch Kulturlandschaften, Almhütten verbinden regionale Küche mit Jahrzehntelanger Tradition, und selbst in kleineren Orten wird das kulturelle Erbe lebendig gehalten – sei es durch lokale Feste, Handwerk oder Architektur. Viele Hotels bieten zudem den Luxus, Wald, Berge oder Seen direkt vor der Tür zu haben, sodass Gäste die Schönheit der Umgebung unmittelbar genießen können (Tipp: Das steirische Aparthotel *Das Weiden* folgt etwa dem Motto „Draußen sein, um drinnen anzukommen“. Besonderes: Die Sonnenaufgangswanderung mit Gipfelfrühstück, begleitet von der hauseigenen Bergwanderführerin). >



# Weiden

NIEDERL'S APART & SUITEN HOTEL

... bin im Moment  
nicht erreichbar,  
bin weiden ...

#WILLKOMMEN UM ZU WEIDEN.  
WEIDEN IST DIE NEUE ART  
ZU URLAUBEN UND ENERGIE  
ZU SCHÖPFEN; EINE SYMPATHISCHE  
ANSAGE FÜR SLOW DOWN.  
UND GEGEN SCHNELLLEBIGEN  
0815 URLAUB. EIN ORT FÜR 2, FAMILIEN,  
FREUNDE & GLÜCKSMOMENTE.

[www.meinweiden.com](http://www.meinweiden.com)



Tipp  
*All unsere  
Naturerlebnisse  
& Sommerideen  
findest du hier ...*



→ Ob traditioneller Fasching im Ausseerland, zeitgenössische Kunst in Vorarlberg oder Streckhöfe im Burgenland: Kultur ist in Österreich nicht nur in Museen zu finden, sondern ist ein wichtiger Bestandteil des alltäglichen Lebens. Diese Dichte an Eindrücken macht Trips in Österreich besonders – nicht durch spektakuläre Einzelmomente, sondern durch das Zusammenspiel von Landschaft und Lebensart. Wer mit offenem Blick reist, findet in der Nähe oft mehr Vielfalt als bei mancher Fernreise.

## 2 WIRTSCHAFTSBOOSTER

Reisen in Österreich bedeutet auch: bewusst konsumieren und die heimische Wirtschaft stärken. Gerade in ländlicheren Regionen, die stark vom Tourismus abhängen, sind Urlaubsgäste ein wichtiger Motor für regionale Entwicklung. Ob beim Übernachten in familiengeführten Pensionen, beim Einkauf im Bauernladen oder beim Besuch einer kleinen Ausstellung – jeder Euro bleibt im Kreislauf der lokalen Wertschöpfung. Das schafft Arbeitsplätze, erhält das kulturelle Erbe und fördert Innovation im Kleinen.

Besonders Corona- und Lockdown-Zeiten wurden von vielen Betrieben genutzt, um neue Konzepte zu entwickeln, ganz

besonders nachhaltige – etwa Slow-Food-Initiativen oder regionale Kooperationen. Wer hierzulande urlaubt, findet also nicht nur Gastfreundschaft, sondern auch eine ganzheitliche Haltung: einen bewussten Umgang mit Ressourcen und die Pflege des Ursprünglichen. Je mehr Menschen diesen Weg mitgehen, desto mehr wird der ländliche Raum zum Ort des Lebens, der Arbeit, aber auch des Genusses.

## 3 VERTRAUTES ENTSCHEUNIGT

Ob vertraute Sprache, gewohnte Infrastruktur oder ein grundsätzliches kulturelles Verständnis – all diese Faktoren können dafür sorgen, dass sich Reisende von Anfang an entspannen können. Auch das fehlende Rätselraten über Verkehrsregeln und die Sorge um medizinische Versorgung können die Stressbelastung enorm senken – vor allem für Familien mit Kindern, ältere Menschen oder Alleinreisende. Gleichzeitig ermöglicht die Nähe zur Heimat einen niederschwülligen Zugang zu Freizeit: Ein spontaner Wochenendtrip in die Wachau, ein verlängertes Wochenende in Graz oder eine Wanderwoche im Nationalpark Gesäuse sind logistisch einfach – und erholsam. Die kurze Anreise bedeutet zudem: mehr Zeit für den eigentlichen Urlaub, weniger Aufwand beim Packen und Vorbereiten. •

The advertisement features a large image of a man and a woman dancing. The woman is in a sequined orange dress, and the man is in a white suit. They are set against a background of a bridge and city lights. The text includes:

- kultur burgenland** logo
- mörbisch see Fest spiele** logo with tagline "Wir geben dem See eine Bühne"
- Generalintendant Alfons Haider**
- DAS MUSICAL SATURDAY NIGHT FEVER**
- Performing dates: **10. Juli bis 16. August 2025**
- Credit: **von ROBERT STIGWOOD & BILL OAKES**
- Version: **in der neuen Version von RYAN MCBRYDE**
- Music: **mit Musik von THE BEE GEES**
- Deutsche Dialoge von **ANJA HAUPTMANN**
- Logos for **kolischeverweise.at**, **Burgenland Energie**, and a QR code for ticket purchases.



# URLAUB IM WELTUNIKAT

**S**ie träumen von Urlaub, unabhängig von Wetterlaunen? Wir nehmen Sie mit an einen märchenhaften Ort, gestaltet von Friedensreich Hundertwasser. Farbenfroh und vielseitig. An einen Ort, an dem Sie Leichtigkeit und Lebensfreude verspüren. Hier können Sie baden wie im Meer, nur noch bunter und schöner. Sie können das Rauschen der Wellen genießen, aber auch unter Wasser den sanften Klängen des Ortes lauschen.

Das Weltunikat Rogner Bad Blumau selbst ist schon ein Erlebnis für alle Sinne. Aber auch die Umgebung lädt zu einer bunten Entdeckungsreise ein. Zahlreiche Rad-, Wander- und Spazierwege warten in der Thermengemeinde Bad Blumau, dem Friedensreichen Hügelwiesenland, auf Sie. Genießen Sie die teilweise unberührte Natur und erkunden Sie die idyllische Landschaft. Wiesen voller Wildblumen, schattige Wälder, lauschige Plätze und Kraftorte. Das Paradies liegt so nah.

Foto: © Rogner Bad Blumau, Hundertwasser Architekturprojekt

Urlaubsgefühle  
voller Lebensfreude



TIPP

**ANGEBOT:**  
Sommerfrische ab € 130,-  
pro Person/Nacht inkl.  
regionaler Halbpension

[blumau.com](http://blumau.com)

Ein Besuch im mehrfach ausgezeichneten Spa macht Ihren Aufenthalt perfekt. Achtsame Hände und Fingerspitzengefühl. Wohltuend und entspannend.

WERBUNG

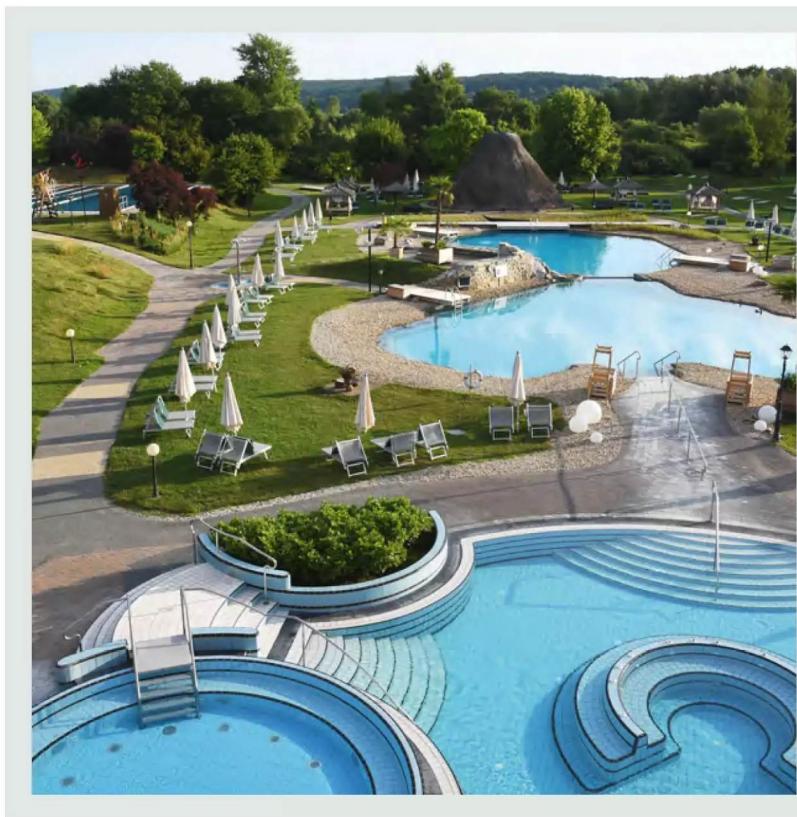


Foto: © Rogner Bad Blumau, Hundertwasser Architekturprojekt

## easy { relax }

### SOMMERVERFREUDE ERLEBEN

Märchenhafte Wasserwelten mit Badetemperaturen von 21 bis 37 °C. Natürlich solehaltiger Vulkania® Heilsee. Ein erfrischender Sprung in das Sportbecken. Die schönsten Sonnenterrassen, eingebettet in ein Meer aus Seerosen oder im Schatten der Bäume. Erfrischende Cocktails. Bio-Eis von ROGNERS Eismanufaktur. Genuss, abseits des Alltäglichen. Gemeinsam an versteckten Plätzen träumen. Liegewiesen und begehbarer Dächer. Sonneninsel und schattige Oasen im Garten der vier Elemente. Hängematten und Schwelbeliegen. Bambus Salas und Kuschelliegen als Refugien für zwei. Ein paradiesischer Ausblick vom Balkon der exklusiven Logen. Ein neues Urlaubsgefühl voller Lebensfreude. Ihre Gedanken sind schon da.

**Rogner Bad Blumau**  
A-8283 Bad Blumau 100  
+43 (0) 33 83/51 00-9449



# URLAUB *vom Alltag.*

**Im Eurothermen Resort  
Bad Schallerbach in  
Oberösterreich liegt die  
Südsee so nah. Endlich richtig  
abschalten und die freie Zeit  
ausgiebig nutzen.**



Therme Tropicana in Oberösterreich: Fruchtige Cocktails von der Bar direkt im warmen Thermalwasser genießen.



Piraten-Action für die ganze Familie:  
Aquapulco im Eurothermen Resort Bad Schallerbach

## Einfach herrlich.

Relaxen unter Palmen und die Zeit vergessen. Eine große Auswahl an Sprudelliegen lässt auch die letzte Verspannung verschwinden – ob in der Thermenlagune, im Panorama-Becken oder in der Whirl-Jacht. Eine absolute Besonderheit ist das Dach des Wintergartens. Es lässt sich bei warmem Wetter öffnen und macht so die Thermenlagune zum Freiluft-Badestrand. Drei Gesundheitspools komplettieren das Angebot, Bad Schallerbach ist schließlich ein Kurort mit langer Tradition. Schwefelgrotte, Solebad und Jod-Selen-Gesundheitsbad wirken lindernd und vorbeugend bei verschiedenen Beschwerden.

## Ganz oben.

Die vielfältige Thermen-Erlebnislandschaft umfasst neben der „kleinen, feinen Fernreise“ in südliche Gefilde mit dem Sauna-Bergdorf „AusZeit“ auch einen Bereich im alpinen Stil. Liebenvoll bis ins Detail durchgängig im Almdorf-Look gestaltet, fühlen sich die Besucher gleich in luftige Wellness-Höhen versetzt. Mehr als 40 Sauna-Attraktionen wollen entdeckt werden, darunter die völlig neuartige Dörrhaus-Sauna, in der frisches Bio-Obst live während des Saunagangs gedörrt wird und dabei ein fruchtiges Aroma verströmt.

## Wo Piraten chillen.

Kinder und Junggebliebene begeistert die Piratenwelt Aquapulco mit Maskottchen Chango, dem Piratenäffchen. Fünf actiongeladene Rutschen, eine wilde Piratenbucht mit Wellensturm und ein großzügiger Wasserspielplatz im Außenbereich für wärmere Tage sorgen für beste Unterhaltung.

## Gemeinsam entspannen.

Zeit zu zweit ist wertvoll und sollte bewusst gestaltet werden. Im an das Hotel angeschlossenen Gesundheitszentrum Physikarium wird eine Reihe von Entspannungsritualen speziell für Paare angeboten. Zum Beispiel in der Private SPA Suite, in der Sie in der Atmosphäre eines privaten Wellness-Refugiums ungestört Entspannung genießen können.



Drei  
Urlaubstage/  
2 Nächte  
p.P. im DZ  
ab € 451,-

## Wohlfühlen und genießen.

**Das Wellness- und Genusshotel Paradiso\*\*\*\*S punktet mit direktem Thermenanschluss und vielen Extras für Gäste.**

**Wellness Deluxe.** Hotelgäste erreichen die Therme bequem über einen beheizten Bademantelgang. Zusätzlich zu den Bereichen der öffentlichen Therme und des Sauna-Bergdorfs kommen sie in den Genuss einer großzügig dimensionierten Hoteltherme mit Thermal-Außenpool, Saunen, Dampfbädern und balinesischem Palmenhaus. Der Eintritt ist auch am An- und Abreisetag ganztags enthalten. Die Küche des Hotels Paradiso arbeitet bevorzugt mit regionalen Zutaten, hier treffen österreichische Tradition und aktuelle Foodtrends aufeinander. Die inkludierte Verwöhn-Halbpension startet üblicherweise mit einem Strudel- und Kuchenbuffet nachmittags am Anreisetag, abends folgt ein 5-Gänge-Genießer-Dinner und am nächsten Morgen kann bis 12 Uhr mittags ausgiebig gefrühstückt werden.



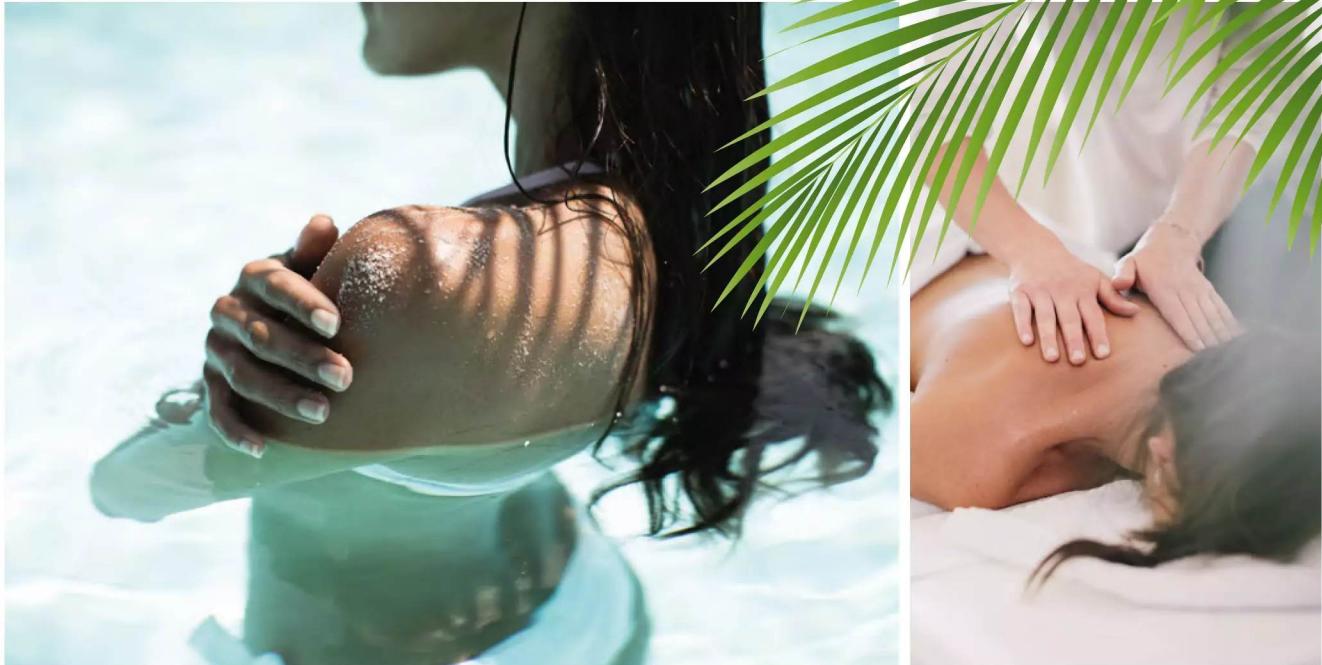
**Mitten in der Vitalwelt.** Die Urlaubsregion Vitalwelt in Oberösterreich bietet Erholung und Naturerlebnis. Entdecken Sie sanfte, grüne Hügel, urige Mostheurige und mit etwas Glück auch die Baumblüte der unzähligen Obstbäume. 300 Kilometer Radwegennetz und gut ausgeschilderte Wanderwege warten. [www.vitalwelt.at](http://www.vitalwelt.at)

### Après Weekend – verlängern Sie das Wochenende!

3 Urlaubstage/2 Nächte inkl. Verwöhn-Halbpension und Thermeneintritte (auch am An- und Abreisetag) Frühstück am Anreisetag Champagnerdinner am Sonntag inkl. 1 Glas Hauschampagner € 15,- Verwöhn-Scheck Anreise nur am Sonntag p.P. im DZ Relax-Pool ab € 451,-

### Info & Buchung

Eurothermen Resort Bad Schallerbach Hotel Paradiso\*\*\*\*  
Promenade 1, 4701 Bad Schallerbach  
[paradiso@eurothermen.at](mailto:paradiso@eurothermen.at)



Sonne und Sand auf der Haut, salziger Geschmack auf den Lippen und das wohlig warme Wasser – ein Gefühl der Entspannung, der Schwerelosigkeit und des Wohlbefindens. Zwischen den beiden Innviertler Naturjuwelen – Kobernaußerwald und Europareservat Unterer Inn – präsentiert sich das Spa Resort Geinberg.

# Sonne, Strand und Salzwasser

Die ersten Sommergefühle im Spa Resort Geinberg

Dieses Gefühl: endlich Frühling! Die Sonne blitzt durch die Baumkronen. Wärmt die Haut. Und das Herz. Sie liegen draußen, eingekuschelt im Bademantel auf einer Liege. Spüren, wie sich der Sommer schön langsam ankündigt – und dann? Ab ins warme Wasser! Eintauchen, sich treiben lassen, endlich abschalten ...

Willkommen im Spa Resort Geinberg, jenem magischen Ort, an dem Wellness nicht nur ein Wort und Erholung ein Erlebnis ist.

Fünf Pools und drei Wasserwelten sorgen für maximale Entspannung. In der türkisblauen Karibik-Lagune, wo man am Sandstrand bunte Cocktails genießt. In der Karibischen Saunawelt, wo elf

Themen-Saunen und Dampfbäder für Wärme und Wohlbefinden sorgen. Oder in der Oriental World, wo ein atemberaubendes Hamam in die Welt von 1001 Nacht entführt.

Abgerundet wird das Angebot durch ein modernes Vitality Spa mit einer Vielzahl an Body- und Beauty-Treatments, karibische Ölmassagen sowie orientalische Seifenschaummassagen.

### Mit allen Sinnen genießen – indoor und outdoor

Wer sich nach Entspannung sehnt, findet im Spa Resort Geinberg die perfekte Kulisse. Aber auch wer den Drang nach Natur spürt, ist hier bestens aufgehoben.

### Bewegungsarena Innviertel

Direkt vor der Tür erstreckt sich eine faszinierende Landschaft, die zum Erkunden einlädt – ob auf zwei Beinen oder zwei Rädern. Auf rund 1000 km Länge bietet die Bewegungsarena Innviertel bestens ausgeschilderte Laufstrecken, Wanderwege und Radrouten für jedes Fitnesslevel. Ob Thermenlauf-Runde oder gemütlicher Waldspaziergang – hier wird Bewegung zum Naturerlebnis.

Und das Beste? Nach der Outdoor-Session geht's direkt zurück in die Wellnesslandschaft oder zum Abendessen in das Restaurant des 4\*S Hotel, wo heimische Schmankerl und ausgezeichnete Küche Appetit auf den Sommer machen.

# Das facettenreiche

**GEINBERG**  
SPA RESORT • THERME



Geinberg und das Innviertel in Oberösterreich bieten eine Vielfalt an Möglichkeiten. Tief einatmen bei den morgendlichen sportlichen Aktivitäten oder nach der Hamam-Behandlung auf dem beheizten Nabelstein. Eine Nacht im 4\*S Hotel oder doch lieber in der Private Spa Suite in Geinberg<sup>5</sup> mit ausgezeichneter Kulinarik.

### Den Ausgleich finden

Ob Spaziergänge durch die sanften Hügel des Innviertels, eine Laufrunde entlang blühender Wiesen, im duftenden Wald oder Yoga unter freiem Himmel – der Frühling lädt zum Aufblühen ein. Exklusive Treatments im Vitality Spa oder Rituale in der Oriental World runden das Wohlfühlerlebnis ab.

### Der perfekte Rückzugsort

Oft sucht man nach dem optimalen Hotelzimmer für sich und seine Bedürfnisse. Die 192 stilvoll ausgestatteten Zimmer sind ein schöner Rückzugsort nach einem erlebnisreichen Tag in der Wellnesslandschaft. Geinberg<sup>5</sup> hingegen verspricht absolute Privatsphäre. Vom Wohnzimmer kann man in die eigene Badebucht entfliehen, sich am Steg sonnen und sich vom Butler eine Flasche Champagner bringen lassen.

### Liebe geht durch den Magen

Auch der Genuss kommt nicht zu kurz: Vom reichhaltigen Frühstück bis zum genussvollen Abendessen verwöhnen die Restaurants mit regionalen Spezialitäten und kreativer Health-Cuisine. Hier schmeckt der Frühling nach Leichtigkeit und Lebensfreude.

### Frühling Next Level im Spa Resort Geinberg

Gönnen Sie sich pure Entspannung im Spa Resort Geinberg: drei Wasserwelten, exklusive Treatments und Genuss auf höchstem Niveau.

Inklusive:

- Übernachtung im 4\*S Hotel
- Frühstück bis 12:00 Uhr & Abenddinner
- Unbegrenzter Zugang zu Therme, Saunawelt & Oriental World
- Exklusive Frühlings-Treatments für Körper & Seele

Mehr erfahren & buchen:



# Grüne Essenz

Wenn Saisongemüse und Kürbiskernöl aufeinandertreffen, wird's nicht nur grün, sondern auch köstlich. Der Beweis: dieser knackig-frische Salat – mit einem Hauch Steiermark.



## BLATTSALAT MIT GRÜNEM GEMÜSE & KÜRBISKERNÖL

Für 4 Portionen

### Zutaten

- 1 Hv.** Eisbergsalat  
**1 Stk.** große grüne Paprika  
**2-3 Stk.** kleine Zucchini  
**200 g** weißer Rettich  
**2 Hv.** Wildkräuter (z.B. Baby-Brennnesseln)  
**200 g** Mini-Mozzarella-kugeln  
**4 EL** Kürbiskernöl  
**2 EL** Zitronensaft  
**Plus:** Salz, frisch gemahlener Pfeffer

**SO GEHT'S:** Die Blätter des Eisbergsalats auseinanderteilen, waschen, trockenschleudern und Blätter in kleine Stücke schneiden. Paprika

waschen, entkernen und in Ringe schneiden. Die Zucchini waschen, putzen und mit dem Spiralschneider spaghettiförmig schneiden. Den Rettich waschen, schälen (nach Belieben) und in feine Scheiben hobeln. Wildkräuter (Sorte nach Belieben) waschen, trockenschleudern, grob zerzupfen und einige Spitzen zum Garnieren beiseitelegen. Die Mini-Mozzarellakugeln abtropfen lassen. Abwechselnd Zucchini-Spaghetti, Rettichscheiben, Eisbergsalat, Wildkräuter und Paprikaringe auf den vier Tellern anrichten. Alles mit je 1 EL Kürbiskernöl beträufeln. Die Mozzarellakugeln auf dem Salat verteilen. Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren und darüberträufeln. Den Salat mit den übrigen Wildkräutern garnieren und servieren.

Foto: StockFood / The Picture Pantry

A product photograph of a sunflower seed oil bottle. The bottle is dark with a silver cap. The label features the brand name "Natur Steirisch pur" in large letters, with "STEIRISCHES KÜRBIS KERNÖL g.g.A." above it. To the left of the text is a circular seal with the European Union flag and the words "GEWICHTE GELOGISCHE ANPFLICHT". Below the main label, it says "In einer Flasche vereint." The background is a light-colored surface covered with various green leaves, yellow flowers, and small insects like ladybugs and bees, creating a natural and organic feel. The URL "www.steirisches-kuerbiskernoel.eu" is printed at the bottom right of the image.

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Land- und Forstwirtschaft,  
Regionen und Wasserwirtschaft

**WIR** leben Land

Gemeinsame Agrarpolitik Österreich  
Kofinanziert von der  
Europäischen Union

[www.steirisches-kuerbiskernoel.eu](http://www.steirisches-kuerbiskernoel.eu)

# KOCHEN WIE NIE ZUVOR: Der neue Thermomix® TM7



Der Thermomix® TM7 macht gemeinsames Kochen dank Guided Cooking und Hitzeschutz auch für kleine Küchenhelfer zum Vergnügen.

Mit über 100.000 Rezeptinspirationen auf Cookidoo® und smarter Guided-Cooking-Funktion bringt der neue Thermomix® TM7 modernen Genuss in die Küche – zu Hause und in der Spitzengastronomie.

Das neue, kompakte Design in elegantem Schwarz mit plissierter Isolierhülle sorgt für leisen Betrieb, während das 10-Zoll-Multi-Touch-Display eine intuitive Bedienung ohne Drehknopf ermöglicht.

Neu sind unter anderem:

- Open Cooking Modus (bis 100°C)
- verbesserte Anbratfunktion
- größere Varoma®-Einheit
- individuell anpassbare Nutzerprofile
- integrierte Rezept- und Einkaufslisten

Nachhaltigkeit spielt ebenfalls eine Rolle: Der TM7 wird aus recycelten Materialien in Deutschland und Frankreich gefertigt.

Der Edelstahl-Mixtopf ist mit einer geriffelten Isolierhülle ummantelt, die vor Hitze schützt und gleichzeitig den Geräuschpegel senkt – selbst bei voller Motorkraft mit bis zu 10.700 Umdrehungen pro Minute.



Der Thermomix® TM7 ist um € 1.549,- erhältlich.

[www.vorwerk.at](http://www.vorwerk.at)

# Vielseitig. Wie nie zuvor.

Über  
100.000  
Rezepte

Jetzt live  
erleben



## Der neue **Thermomix® TM7**

Attraktives Design, smarte Technik und vielseitiger Genuss – all das vereint der neue Thermomix® TM7 von Vorwerk. Intuitiv führt das 10 Zoll Multi-Touch-Display per Guided Cooking durch über 100.000 Cookidoo® Rezepte – mit Gelinggarantie.

**thermomix**  
VORWERK

[www.vorwerk.at](http://www.vorwerk.at)

# All eyes on ...

... our eyes! Denn nicht nur Emotionen, sondern auch Alter oder Gesundheitszustand lassen sich an ihnen ablesen. Die empfindliche Haut braucht daher eine besondere Pflege.

**WIE GEHT'S RICHTIG?** Da die Haut um unsere Augen über weniger Fettgewebe verfügt als der Rest des Gesichts, ist sie dort besonders dünn und empfindlich. Müdigkeit und Stress, aber auch eine starke Mimik machen sich an diesen Stellen daher besonders schnell bemerkbar. Gereizte oder trockene Augen gehören zu den häufigsten Problemen in diesem Bereich, genauso wie Augenringe, kleine Fältchen oder Hautalterung. Wie man dem entgegenwirken kann? Mit der richtigen Pflege!

Im ersten Schritt der Skincare-Routine steht die Reinigung. Vor allem beim Tragen von Mascara ist es wichtig, zu sanften Entfernen zu greifen. Diese sollte man auf ein Wattepads (oder auf die Fingerspitzen) auftragen, anschließend vorsichtig auf die Augen legen und in kleinen Bewegungen einmassieren. Wildes Reiben ist hier ausdrücklich verboten. Wenn es die Haut verträgt, kann man die übliche Gesichtscreme auch auf der Augenpartie verteilen. In vielen Fällen lohnt sich allerdings



das Invest in spezielle Augencremes oder -seren, da klassische Gesichtspflege zu reichhaltig für die empfindlichen Bereiche rund um unsere Augen sein kann. In den speziellen Augen-Produkten enthalten: aufhellende Stoffe wie Vitamin C, Niacinamid oder Süßholzwurzel, Anti-Aging-Wunderwaffen wie Peptide, Retinol oder Hyaluronsäure sowie Wirkstoffe, die gegen Trockenheit oder gereizte Augen helfen. Außerdem ideal: kühlende Metallapplikatoren. Aufgetragen wird die Pflege am besten mit einer Klopfttechnik. Dazu eine erbsengroße Menge auf die gewünschten Stellen applizieren und mit den Ringfingern sanft einarbeiten bzw. einklopfen. Zusätzlich dazu kann man, je nach Hautbedürfnis, auch wöchentlich feuchtigkeitsspendende Masken oder Augenpads verwenden. Bei Schwellungen sind außerdem kühlende Gele, Pads oder Tools, die sich im Kühl-

schrank aufbewahren lassen, angenehm.

Foto: Getty Images



## Trockene, gereizte Augen?

Ohne Konservierungsmittel

12 MONATE HALTBAR AB ANBRUCH

**Bepanthen®**  
Augentropfen  
Lindern und befeuchten



Medizinprodukt:  
Über Wirkung und  
mögliche unerwünschte  
Wirkungen informieren  
Gebrauchsanweisung,  
Arzt oder Apotheker.

# DARM-DETOX

## Schlüssel zu mehr Wohlbefinden

Unser Darm ist mehr als ein Verdauungsorgan – er beeinflusst unser Immunsystem, unsere Stimmung und unser allgemeines Wohlbefinden. Doch Umweltgifte, Stress und ungesunde Ernährung können ihn aus dem Gleichgewicht bringen. Die Folgen: Verdauungsprobleme, Müdigkeit, Hautprobleme und ein geschwächtes Immunsystem.

### Darm entgiften – natürlich und effektiv

Eine gezielte Darmentgiftung hilft, Schadstoffe zu binden, die Darmflora zu stärken und die Entgiftungsorgane wie Leber und Nieren zu entlasten. Dadurch verbessert sich nicht nur die Verdauung, sondern auch das allgemeine Wohlbefinden.

Wichtige Maßnahmen für eine effektive Darmentgiftung:

- **Ernährungsumstellung** – weniger Zucker & Fett, mehr Ballaststoffe.
- **Zeolith-Kur** – zur sicheren Bindung & Ausleitung von Toxinen.
- **Pro- & Präbiotika** – für eine gesunde Darmflora.
- **Genug trinken & bewegen** – Wasser, Kräutertee & frische Luft helfen.
- **Ruhepausen** – Stressabbau unterstützt die Darmgesundheit.

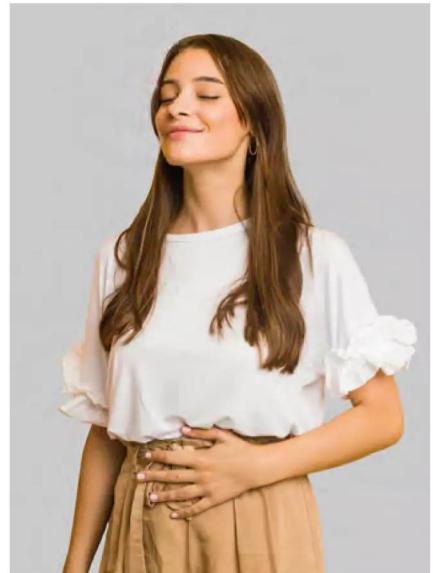
### Wann ist eine Darmentgiftung sinnvoll?

Egal, ob als Detox-Kur in der Fastenzeit, zur Unterstützung einer Ernährungsumstellung oder als tägliche Gesundheitsroutine – eine Darmentgiftung kann jederzeit sinnvoll sein. Besonders während einer Abnehmkur hilft PMA-Zeolith®, freigesetzte Schadstoffe zu binden und den Körper zu entlasten. Dadurch wird die Entgiftung optimal unterstützt und unerwünschte Begleiterscheinungen wie Müdigkeit oder Kopfschmerzen können reduziert werden.

### Mehr Energie & Wohlbefinden

Eine regelmäßige Darm-Detox-Kur kann zahlreiche positive Effekte haben:

- **Stärkung des Immunsystems** – ein gesunder Darm fördert die Abwehrkräfte.
- **Mehr Energie & Wohlbefinden** – viele Menschen berichten von einem klareren Kopf und gesteigerter Vitalität.
- **Schönere Haut** – Unreinheiten oder Ekzeme können durch die Darmreinigung verbessert werden.
- **Optimierte Verdauung** – Blähungen, Verstopfung oder Durchfall treten seltener auf.
- **Entlastung der Entgiftungsorgane** – Schadstoffe werden gebunden und sicher ausgeschieden.



Für eine langfristige Gesundheit und ein gutes Bauchgefühl lohnt sich eine regelmäßige Darmentgiftung – am besten in Abstimmung mit einem Experten!

### GESUNDHEITSTIPP

Ist der Darm rein und klar, kann er wieder wertvolle Nährstoffe transportieren, eine schöne, gesunde Flora entwickeln und vor allem die Aufnahme von Vitalstoffen optimieren!

**PANACEO**

**Detox für Deine innere Balance**

Weil echte Entgiftung Darmsache ist!



Österreichisches Medizinprodukt: Gebrauchsanweisung beachten.

Erhältlich in  
Deiner Apotheke,  
Reformhaus & auf  
[www.panaceo.com](http://www.panaceo.com)

**JETZT  
NEU!**

# In voller Pracht

Lust auf eine grüne Gemüseüberraschung vom Grill?  
Jetzt wird Brokkoli zum Star – knusprig, rauchig  
und absolut unwiderstehlich.



## GEGRILLTER BROKKOLI IM GANZEN

### ZUTATEN

- 1** kleiner Kopf Brokkoli  
**3 EL** Olivenöl  
**1 PR.** Salz  
**1 PR.** frisch gem. Pfeffer  
**PLUS:** Zitronensaft, Knoblauch, Chiliflocken, Erdnüsse und Parmesan

**SO GEHT'S:** Den untersten Teil des Brokkoli-Stiels abschneiden, den restlichen Stiel schälen. Brokkoli im Dampfgarer oder Dämpfkorb einige Minuten garen (alternativ in Salzwasser kurz blanchieren). Trockentupfen, dann den

Brokkoli großzügig mit Olivenöl bestreichen und mit Salz und Pfeffer würzen. Nach Belieben etwas gepressten Knoblauch zufügen, er verleiht noch mehr Geschmack. Den Brokkoli auf dem Grill zuerst kurz bei starker Hitze rundum angrillen, danach bei indirekter Hitze fertig braten, dabei immer wieder wenden, damit er von allen Seiten leicht gebräunt wird. Er sollte zart, aber noch bissfest sein. Ist der Brokkoli fertig gegrillt, mit Chiliflocken und Erdnüssen garnieren. Wer mag, kann ihn auch mit etwas Zitronensaft beträufeln oder mit Parmesan bestreuen. Tipp: Ein leichter, erfrischender Gurkensalat ergänzt den herzhaften, rauchigen Geschmack des Brokkolis perfekt.

Bild: © StockFood

## FRÜHLINGSERWACHEN MIT WEBER

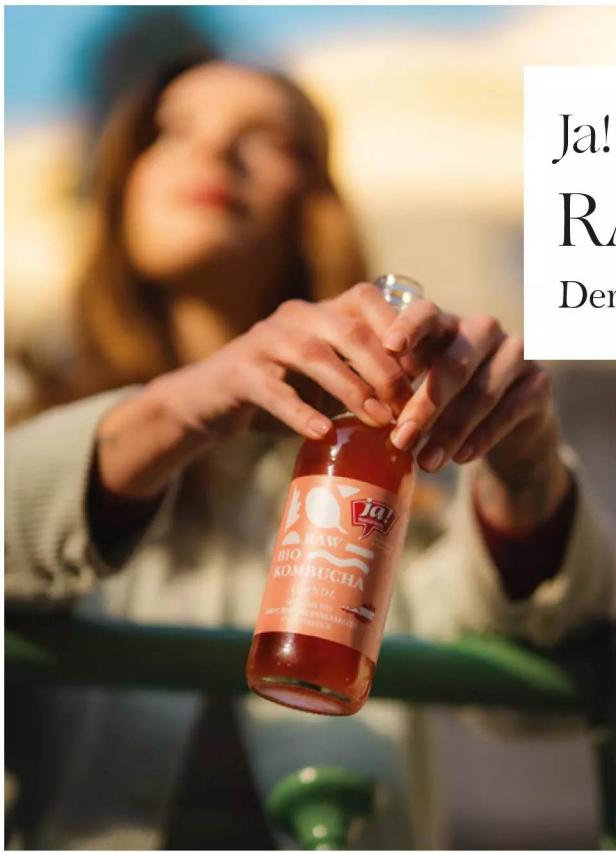
### Grillgenuss, der für immer bleibt

Die BBQ-Highlightsaison 2025 wird mit Weber zum echten Genussmoment! Die beliebten SPIRIT®- und GENESIS®-Gasgrills wurden überarbeitet und bieten jetzt noch mehr Leistung, Präzision und Vielseitigkeit. Herzstück des neuen SPIRIT® sind die „Boost-Brenner“, die die Leistung bis zu 40 % steigern. „Ideal für Steaks, Burgerpattys oder Lachssteaks“, so Weber Grillmeisterin Yulia Haybäck.

Der Klassiker GENESIS® punktet mit zusätzlichem Sear Zone-Brenner, 50 % mehr Power in der Sear Zone und digitalem Thermometer – perfekt für Filets, Lamm oder Sous-vide-Gerichte. Integrierte Grifflichter sorgen auch spätabends für optimale Sicht.

Mit den neuen Weber SPIRIT®- und GENESIS®-Modellen wird der Frühling zum kulinarischen Erlebnis. Bereiten Sie sich auf eine Saison voller unvergesslicher Momente vor!





# Ja! Natürlich RAW BIO-KOMBUCHA

Der erste Kombucha zu 100 % aus Österreich

Seit über 30 Jahren steht Ja! Natürlich für Bio-Pioniergeist, Regionalität und höchste Qualität. Mit dem neuen Raw Bio-Kombucha bringt Österreichs Bio-Vorreiter nun die nächste Innovation in die Regale von BILLA und BILLA PLUS: den ersten Kombucha auf Brennnesseltee-Basis, der zu 100 % in Österreich produziert wird. Ein Getränk, das neue Maßstäbe in Sachen Natürlichkeit setzt – und den Weg in eine neue Produktkategorie ebnet: fermentierte Bio-Erfrischungsgetränke.



## Raw, regional, rundum gut – Kombucha für ein gutes Bauchgefühl

Der neue Ja! Natürlich Raw Bio-Kombucha bleibt unbehandelt, also „raw“ – lebendig, frisch und voll natürlicher Mikroorganismen. Durch die schonende Fermentation entsteht ein besonders bekömmliches Getränk, das für Natürlichkeit und ein gutes Bauchgefühl steht.

Denn genau das tut Kombucha:

- Organische Säuren unterstützen die Verdauung und fördern ein gesundes Darwmilieu.
- Fermentationskulturen sorgen für die typische, prickelnde Frische – ganz ohne Zusätze.

Anstelle von Schwarz- oder Grüntee setzt Ja! Natürlich auf österreichischen Bio-Brennnesseltee. Das macht den Kombucha von Natur aus koffeinfrei, besonders sanft und verträglich – und zum ersten seiner Art in Österreich.

## Zwei Sorten, zwei Charaktere:

- Classic – mild und erfrischend, ideal für Einsteiger:innen.
- Dirndl – fruchtig-herb mit Kornelkirsche, der heimischen Superfrucht mit Charakter.

Abgefüllt in eine umweltfreundliche Longneck-Leichtglasflasche mit Drehverschluss, ist der Kombucha auch unterwegs ein gesunder Begleiter.

Klaudia Atzmüller, Geschäftsführerin von Ja! Natürlich: „Unsere Kundinnen und Kunden sind ernährungsbewusst, neugierig und wollen sich etwas Gutes tun. Gut für mich, gut für die Umwelt – und jetzt auch gut für den Bauch.“

Andreas Steidl, Geschäftsführer von Ja! Natürlich, ergänzt: „Nach einiger Tüftelei mit unseren Partnern war klar: Ein eigener Ja! Natürlich Kombucha ist der nächste konsequente Schritt in der Sortimentserweiterung.“

Mit dem Raw Bio-Kombucha zeigt Ja! Natürlich einmal mehr, wie Bio heute geht: natürlich, durchdacht und nah an den Bedürfnissen der Menschen. Das Getränk trifft den Zeitgeist – für alle, die bewusst leben, genießen und dabei auf Regionalität und Qualität setzen wollen.

# Ach, eines noch ...

Zum Abschluss geben wir Ihnen eine Idee für das kulinarische Monat mit. Zum Ausprobieren und Kennenlernen. Diesmal: die momentan beliebteste Pasta des Internets.

Text: Susanne Jelinek

Seit die Influencerin Anna Paul im November 2024 die türkische Pasta ihrer Mutter auf TikTok teilte, macht Yogurtlu Eriste, wie das Gericht eigentlich heißt, den bis dato beliebtesten Internet-Nudeln (Penne alla Vodka und Feta-Pasta aus dem Rohr) Konkurrenz.

*Zu Hause bei GUSTO-Redakteurin Melisa Hadzic kommt die nun so gefeierte Pasta schon seit langem auf den Tisch.*

Im Juni 2023 veröffentlichte Hadzic ihr erprobtes 30-Minuten-Rezept in GUSTO – hier nochmals ein köstlicher Reminder: 350 g Rinderfaschierter in etwas Öl bei starker Hitze kräftig anbraten. Hitze reduzieren, 1 fein gewürfelte Zwiebel und 2 fein gehackte Knoblauchzehen mitbraten. Mit 1 TL edelsüßem Paprikapulver, ½ TL gemahlenem Kreuzkümmel und Salz würzen. 400 g stückige Paradeiser unterrühren, einkochen lassen und abschmecken. 1 TL Pul Biber oder Chiliflocken in 50 g Butter ganz kurz anbraten, 1 TL Paprikapulver unterrühren. 500 g Pasta al dente kochen. Sauce mit wenig Nudel-Kochwasser verrühren. Pasta und Sauce mischen, mit Joghurt und Chiliguss beträufeln. Çok lezzetli!



Das ausführliche Rezept zum  
Nachlesen: [GUSTO.at/tuerkische-pasta](https://GUSTO.at/tuerkische-pasta)



Foto: Dieter Brasch

## BIS BALD ...

*mit traumhaften Kirschrezepten, frischen und spannenden Ideen für Karotten, Feinem für Holunder-Fans und Inspiration der besten Profi-Köchinnen & -Köche*

Das nächste  
**GUSTO**  
erscheint am  
22. MAI

# 80 JAHRE ZWEITE REPUBLIK

IN ALLEN MEDIEN DES ORF

**ÖSTERREICH – DIE GANZE GESCHICHTE** | NEUE STAFFEL | AB 1. MAI | AB 20:15 | ORF III

**ZIB WISSEN** | 5. MAI | 20:15 | ORF 2

**UNSER ÖSTERREICH** | 9-TEILIGE BUNDESLAND-DOKUREIHE | AB 5. MAI | AB 22:30 | ORF 2

**SCIENCE ARENA: WO WARST DU AM 15.5.55?** | 12. MAI | 16:05 | Ö1

**RADIOKOLLEG SPEZIAL: WIE ÖSTERREICH NEU FORMIERT WURDE** | 28.-30. APRIL | AB 9:05 | Ö1



**ORF ON**

**ORF 1**

**ORF 2**

**ORF III**



A close-up photograph of a smiling baby being held by a man. The baby is looking towards the camera with a wide smile, showing its teeth. The man is visible from the side, looking down at the baby with a gentle expression. The background is softly blurred.

Wie erkennst du  
ein Wunder?  
**Es lacht!**

**Wir versichern  
das Wunder Mensch.**



[www.merkur.at](http://www.merkur.at)